Víctor Manuel Anduix

LA BUENA SUERTE

Sin secretos

encuentros con medio centenar de personajes que encontraron su

BUENA SUERTE

y nos explican cómo lo hicieron

3ª edición corregida

VÍCTOR MANUEL ANDUIX

LA BUENA SUERTE

SIN SECRETOS

LAS CLAVES ESTÁN EN TU MENTE
APRENDE A BUSCARLAS
Y A USARLAS

Título original:
LA BUENA SUERTE SIN SECRETOS

Subtítulo:
ENCUENTROS…

Diseño, portadas y corrección: Andéol
fundacionanduix@gmail.com

© Víctor Manuel Anduix
© Copyright: M-002344/2017

Independently published - Amazon

ISBN: 9798368329703

Tercera edición: Enero 2023

Queda prohibida la reproducción total o parcial de esta obra sin permiso escrito del titular del copyrigt.

Dedico este libro
a Ada, a Alba y a Sergio

a fin de que crezca en ellos
la semilla de la abundancia
de cosas b uenas
y nunca les falte la ilusión
por la vida ni por nada y
también, claro es,

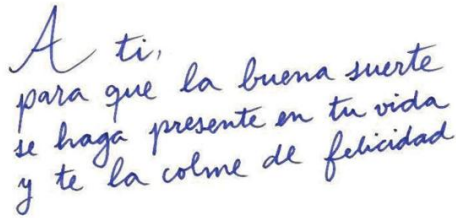
a Miguel y a Sara

Las primeras letras de este libro se empezaron a colocar un 1.º de marzo, día del santo Abundancio, y el último punto se colocó un 16 de julio, día de la santa Abundancia.

Estimado/a amigo/a, si abres este libro, para ojearlo por primera vez, pensando que es una especie de tratado de cómo obtener **buena suerte** en cualquier clase de juego de azar, en que uno gana y muchos pierden, siento decepcionarte. Nada de eso se va a tratar aquí, de manera que si no deseas perder tu tiempo ni tu dinero, ya lo puedes cerrar.

Además, te recuerdo que la suerte basada en la decepción,

tristeza o desilusión de otros muchos, que pierden lo que tú ganas, no puede ser nunca una verdadera **buena suerte**.



Aviso legal

Este libro es un testimonio personal del autor de lo que él ha conseguido, aplicando las enseñanzas que intenta exponer en este libro. No garantiza, por tanto, ni puede hacerlo, que ninguna de las acciones que el lector del mismo pueda emprender a partir de su lectura, vayan a cristalizar y dar unos resultados o beneficios semejantes a los suyos o que se proponga él mismo conseguir, ni siquiera aproximados.

El autor sólo pretende hacer llegar al lector unos conocimientos que él ha adquirido y con los cuales ha logrado unos beneficios notables. Solo eso. El lector es libre de interpretar y hacer uso de la información contenida aquí, a su manera. Está en su derecho de hacer las cosas como le apetezca hacerlas. Es también su responsabilidad.

En los puntos en que el autor hace referencia a enfermedades o técnicas terapéuticas, también se exime de toda responsabilidad con respecto al uso que pueda hacer de ellas. El lector sabe de sobra que hay profesionales de la salud, tanto física como mental, titulados en sus respectivas técnicas, y que es en ellos en los que libre y voluntariamente debe confiar.

También es consciente el lector de que debe respetar las leyes fiscales, comerciales, etc., de su país, así como sobre derechos de autor de esta obra, por lo que no podrá hacer uso libremente de este libro y sus enseñanzas sin los permisos de reproducción requeridos, en la forma en que lo establecen las leyes de protección de derechos de autor de cada país e internacionales.

No se responsabiliza el autor ante el lector –si bien ha tenido sumo cuidado en ello– de posibles errores en la interpretación de textos, citas, frases y hasta omisiones, que puedan aparecer en esta obra, los cuales se compromete a corregir en el futuro, si fuera necesario.

PLIEGO DE DESCARGO[a]

Este es un tipo de libro que requiere muchas citas literales de otros muchos autores. Mantengo, en la medida de lo posible, los textos originales que cito o, en algunos casos, los resumo, siempre citando su autoría.

Sin este requisito del "copia y pega" entrecomillado, hubiera sido imposible confeccionar este libro, o, al menos, no hubiera sido lo que tenía que ser. En cualquier caso, no pretendo evitar que mi lector acuda a las fuentes originales, sino todo lo contrario, o sea, quien desee ampliar sus conocimientos sobre tal o cual autor o tal o cual método, lo que debe hacer es acercarse a él, que al final incluyo una bibliografía bastante extensa de los que yo he manejado.

Creo que, en definitiva, los autores que se vean reflejados aquí, en el fondo deben saber que lo que les hago es publicidad. Pero si alguno se siente molesto por ello o piensa que vulnero sus derechos, no hay problema para desalojarlo de aquí en posibles futuras reimpresiones.

Es bueno que cada uno busque su camino, y por eso incluyo los caminos o métodos que otros han seguido en la búsqueda de su buena suerte. No importa cuál sea el que sigas, porque todos funcionan, si gas, porque todos funcionan, si no, no

estaríamos aquí hablando de ricos y millonarios.

Que ¿cuál es mejor? Pues no lo sé. Yo, evidentemente he seguido el más adecuado para mí y para lo que yo deseaba, un jubilado ya retirado del mundo laboral y, por tanto, con unas necesidades diferentes de quien esté empezando en ese mundo.

Tú puedes seguir el de Gates si te gusta la Informática, o el de Buffett, si las inversiones y los aviones, o el de Amancio Ortega, si los trapos y las ventas, o el de Musk, si los coches eléctricos y los cohetes a la Luna, o el de Bezos, si los libros y todo lo vendible por Internet. No me preguntes.

a. Artículo 32. "Cita e ilustración de la enseñanza", de la Ley de P. Intelectual.

Índice

Prólogo
Introducción
Capítulo I
Preámbulos y condiciones para una buena suerte
1. ¿Qué es la suerte?
2. ¿Qué es el dinero?
3. Tu actitud ante el dinero
4. El éxito y el fracaso
5. Sobre el pensamiento
6. Pensamiento positivo – Pensamiento negativo
7. El Gafe – Pesimista – Cenizo
8. La importancia de la salud – La respiración
Capítulo II
Las energías
1. Las energías groseras
2. Las energías sutiles
3. Otras manifestaciones de la energía universal
4. Las energías pensantes
5. Un mundo de luz
6. La rueda de la fortuna
Capítulo III
El método científico
1. Qué dice la Ciencia
A) Karl Pribram
B) Itzhak Bentov
C) Rupert Sheldrake
2. Qué dice la Física Cuántica
A) Dr. Kinslow
B) Richard Ph. Feynman
C) Niels Bohr
D) David Joseph Bohm
3. Qué dicen las Técnicas de Liberación Emocional
4. Qué dice la Filosofía
A) Descartes
5. Qué dice la Psicología
A) K. G. Jung
B) Gestalt
C) Transpersonal
D) Anatheóresis
D) Conductista
E) Psiquiareía
6. Qué dicen las Neurociencias
7. Qué dice la Epigenética
8. Qué dice la Medicina
9. El Sistema Reticular Activador (SRA)
10. Los Hemisferios Cerebrales
11. El Principio Antrópico
Capítulo IV
Lo físico y lo mental en el proceso de la buena suerte
1. La mente sobre la materia y la salud
2. El Inconsciente
3. La semántica del Inconsciente

4. Consciencia – Conciencia
5. Imaginar – Visualizar – Concentrarse
6. Sentimientos y Emociones
7. Gobernar tu propia alma
8. El Entusiasmo – La Pasión
9. Palabras y Símbolos
10. Meditación – Relajación – Hipnosis
A) Meditación
B) Relajación
C) Hipnosis
11. El estado vibratorio
12. Sincronismo y Sincronicidad
13. La Resonancia
14. Casualidad y Causalidad
15. El enfoque - La atención - La constancia
16. La Confianza y la Esperanza
17. La Gratitud
Capítulo V
Cómo surgió el movimiento actual
El movimiento del Nuevo Pensamiento
Qué no es el Nuevo Pensamiento
Visión del Nuevo Pensamiento
Prácticas en el Nuevo Pensamiento
Intelectuales del Nuevo Pensamiento
Por qué el nombre de Nuevo Pensamiento
Capítulo VI
Métodos para conseguir la buena suerte basado
en la mente y la acción
A.– Personajes que aparecen en el libro *El Secreto*
El método de Rhonda Byrne
El método de Bob Proctor
El método de Esther y Jerry Hicks (Abraham)
El método de Jack Canfield
El método de Joe Vitale
El método de John Assaraf
El método de Ramtha – Jz Knight
El método de Joe Dispenza
El método de David Cameron Gikandi
Capítulo VII
Métodos para conseguir la buena suerte basados
en la mente y la acción II
Personajes que no aparecen en el libro y el doumental
El Secreto
El método de Prentice Mulford
El método de Andrew Carnegie – Napoleon Hill
El método de Og Mandino 280
El método de Wallace Delois Wattles
El método de William Walter Atkinso
(alias Yogi Ramacharka)
El método de Norman Vincent Peale
El método de Stuart Lichtman
El método de T. Harv Eker
El método de Thomas J. Stanley

El método de Deepak Chopra
El método de Helena Hadsell
El método de Mark Fisher
El método de Joseph Murphy
El método de Charles Haanel
El método de Control Mental de José Silva
El método de Robert B. Stone
El método de Anthony Robbins
El método de Wayne Walter Dyer
El método del Dr. Ignacio González
El método de Lair Ribeiro
El método del Dr. Bonomi El método Sedona
El método de la EFT El método de Gwenn Bonell
El método de Victor Boc
El método del Dr. Camilo Cruz
El método de Olivia Reyes
El método del Manuscrito de los seis poderes
Otros métodos
Capítulo VIII
MÉTODOS PARA CONSEGUIR LA BUENA SUERTE basados en la mente y la acción III
El método de Carlos Slim Helú
El método de Bill Gates
El método de Warren Buffett
El método de Donald Trump
El método de Brian Sher
El método de Spencer Johnson
El método de Jim Rohn
El método de Brian Tracy
El método de Zig Ziglar
El método de Armando Ortega
El método de George Clason
El método de Robin Sharma
El método de Fernando Trías de Bes
Capítulo IX
Mi método
I – Planteamiento y reglas
II – Preámbulo a mi método
III – Elementos previos
Capítulo X
Hacia una ética de la riqueza
BIBLIOGRAFÍA

prólogo

En muchas ocasiones la lectura de un libro
ha hecho fortuna de un hombre,
decidiendo el curso de su vida.
FRANCIS BACON

Este libro, al no tratarse de un cuento ni de una novela, lo empecé a escribir por el que ahora es el penúltimo capítulo que, a medida que lo iba desarrollando, iba haciéndome caer en la cuenta de que muchos de los conceptos que iba exponiendo, tendría que explicarlos un poco más, ya que quizás no todos mis posibles futuros lectores tendrían la formación adecuada y necesaria para entenderlos bien y, por tanto, para que les fuera provechoso del todo. Quiero que llegue, antes que nada, a los más necesitados. Ya sé que tú sí tienes esa formación y estás preparado, incluso estoy convencido de que mucho más que yo, pero piensa un poco en ellos.
Gracias por tu paciencia.
Si quieres, tú lo puedes empezar a leer también desde el final, pero no te lo aconsejo en absoluto, pues puedes perderte muchas cosas útiles.
En todo caso, como no te recomiendo que sigas al pie de la letra cuanto yo digo ni el método que yo he empleado para conseguir mis objetivos de **buena suerte**, te añado más adelante unos cuantos métodos más de personajes triunfadores, para que te ilustren y te orienten, e incluso los puedas probar. Aquel que funcione para ti, ese será el mejor. Incluso cualquiera de ellos podría ser infinitamente mejor que el que yo empleo, no tienes más que fijarte en que ellos han hecho multimillonarios a sus autores. Sería cuestión de probar. A mí el mío me ha servido de sobra para lo que deseaba. Y no era tanto eso, así que ¿para qué meterme en otros asuntos? Tampoco quiero que te agobies con todo el material que te proporciono. Sáltate lo que no entiendas o te aleje demasiado de tu objetivo y ve al grano.
Piensa que escribo para todo tipo de personas y quizás a ti te sobre material, pero a otros les falte. Tú ve a lo tuyo e, incluso, puedes elaborar tu propio método, si te atreves. Será cuestión de ir probando y viendo resultados. Eso es lo que tienes que hacer.
Así que ¡adelante!

Era consciente y lo sigo siendo, al ponerme a escribir aquí, de que iba a caminar todo el tiempo que tardase en hacerlo (un par de años a lo sumo) por encima del filo de lo que es serio y de lo que no lo es, de lo que es racional y de lo que no lo es, de lo que es lógico y de lo que no lo es, de lo que se considera científico y de lo que no, de lo que es una

verdad como un templo y de lo que es una ingenuidad, una mentira, un engaño, un fiasco, una tomadura de pelo o simplemente un camino equivocado.

Si te digo la verdad, amigo lector, ese caminar por el filo me ha permitido lanzar la vista a uno y a otro lado, e incluso inmiscuirme, sin permiso, en los dos, cosa que me ha resultado enormemente enriquecedor y saludable. Aconsejaría a todo el mundo, sobre todo al científico, a que hiciera algo similar de cuando en cuando.

Decir que algo es ilógico, irracional, teoría o pseudociencia, etc., sin haber incursionado profundamente en esa 'otra' realidad, sea de uno o de otro lado, es no ser objetivos. Todos sabemos, y la historia nos lo confirma innumerables veces, que cualquier verdad, avance, descubrimiento o prodigio logrado por el hombre[1], ha pasado, como diría el filósofo Schopenhauer, por una serie de vicisitudes que aproximadamente son:

La del ridículo, el vacío, el desprecio, el rechazo, el insulto, la agresión, etc.; para luego, y, según las circunstancias o la fuerza de la necesidad o de los hechos, pasar a la observación, al experimento, al 'puede que'...; hasta, finalmente, ser aceptado plena y naturalmente, incluso por los más acérrimos detractores –¡qué remedio!– como verídico y, sobre todo, científico. No hace falta poner ejemplos porque llenaríamos muchas páginas que necesitamos para otras cosas. En el camino de la **buena suerte** parece que estamos todavía en los primeros pasos.

Es posible que en algún momento pienses, querido amigo, que se me ve el plumero cuando opino sobre algo. Puede ser, es el precio que se paga por caminar sobre el filo, que unas veces miras a un lado y otras a otro, y al final puedes acabar por caerte o cortarte.

En cualquier caso, piensa que nadie es imparcial del todo y que cada quien tiene su corazoncito mirando a uno u otro lado de esta realidad que es la vida que nos ha tocado vivir aquí y ahora. De todos modos, siempre por la justicia, el respeto, la comprensión, la ayuda desinteresada, el conocimiento, la razón, etc.

Espero que este libro no te vaya a dar una impresión de demasiada pesadez[2], o sesgada hacia opiniones de un color o de otro. Uno dice su verdad, pero todo es discutible. Lo que es menos discutible son los resultados. Lo que cuento está argumentado y apoyado, como habrás podido leeer, en hechos probados por otras personas sobre las cuales no tengo ningún predicamento y que podrán ser más o menos ciertos, no obstante, ahí están sus resultados.

Si en el documental y el libro *El Secreto*, Bob Proctor, su presentador, dice que "tú eres quien activa la Ley de la Atracción a través de tu mente y que los sabios siempre lo han sabido", es algo que, desgraciamente, ninguno de todos los sabios que nombra nos lo puede

confirmar porque ya no están entre nosotros. Y, por tanto, esa afirmación es cuestionable, y solo nos quedan, como respuestas más fiables, las más recientes, bien porque, si han fallecido, han dejado sus testimonios claros y precisos o porque, si aún viven, ahí están para preguntarles, o están sus logros que suelen ser bien patentes. Cualquiera de los personajes de éxito que estudio más adelante, podrían haber mentido en sus afirmaciones del método que emplearon para conseguir sus riquezas, pero el hecho es que es de dominio público que las tenían o las tienen.

Los científicos no son demasiado benevolentes con aquello que es aparentemente irracional, pongamos por ejemplo, la acupuntura o la homeopatía[3], aunque cada vez más y más médicos serios estudien estas técnicas y las apliquen en sus consultas, con éxito[4]. Les suelen decir sus propios colegas, que los pacientes se les curan por el efecto placebo[5], quizás para evitarse problemas. Es curioso que digan eso, ya que deberían saber que los medicamentos del tipo que sean, que ellos recetan, son todos placebos, ya que lo único que nos cura es la vis (fuerza) medicatrix (curativa) naturae (de la naturaleza). Y digo medicamentos y no complementos vitamínicos, minerales, etc., ya que estos últimos no son propiamente medicamentos, puesto que lo que hacen es complementar carencias nutricionales y demás. Pero cuando un remedio homeopático se aplica a bebés, a animales irracionales e incluso a plantas, en los cuales el efecto placebo es imposible, no saben qué contestar.

Aquí podría haber una contradicción, ya que si el efecto placebo se supone que solo influye en los seres racionales, no tiene sentido que lo haga en los irracionales, pero no es así, el placebo, al igual que el medicamento, lo reconoce la propia naturaleza del ser, sea racional o no, que, ante su presencia, activa sus fuerzas (vis/vires) o mecanismos curativos. Hace ya algún tiempo que se sabe de la memoria de las células y de la memoria corporal. Existen técnicas que las aprovechan. Lo veremos.

Sin embargo, esos mismos científicos sí son benevolentes ante la irracionalidad de los hechos observados por la Física Cuántica en el mundo subatómico de las ondas y las partículas (por ejemplo, eso de que una partícula puede ‘estar en dos sitios a la vez’ o de que ‘no existe, como cualquier otra realidad, a menos que sea observada’), se limitan a decir que “ha habido un vacío importante en nuestra experiencia o conocimiento previos”. Es decir, no encaja con su paradigma científico, pero como es algo que han descubierto ellos, digamos que es de su misma casa, le dan un margen de confianza largo… largo, a la espera de que la ciencia, la suya, dé una respuesta clara algún día.

No dan, pues, las mismas facilidades a la acupuntura, la homeopatía o

a cualesquiera de las múltiples medicinas naturales y no oficiales que tanto bien están haciendo a la Humanidad y tanto dinero están ahorrando a los gobiernos; ni tampoco al psicoanálisis moderno, psicología dinámica (tal como su variante, la psicodyálisis del doctor Cencillo[6]), a la Radiestesia, a la Grafología Racional[7], a la Programación Neurolingüística, a los cristales de Masaru Emoto[8], etc.
Decía Wattles (ver más abajo): "No importa cuán pobre pueda ser usted, si comienza a hacer las cosas de cierto modo, usted comenzará a enriquecerse; y usted comenzará a tener el capital. La adquisición de capital es una parte del proceso de enriquecimiento; y esto es una parte del resultado que invariablemente sigue al hacer las cosas **de cierto modo**"[9].
Wattles, pionero en la búsqueda de la **buena suerte**, no explica muy claramente cuál es ese cierto modo. Yo te lo intentaré explicar a lo largo de este libro, si me sigues. O sea, al hacer las cosas de cierto modo, tú consigues lo que quieres. Pero también he de decirte, y te lo repetiré más veces, que eso no significa que lo que deseas obtener, te lo vas a encontrar de sopetón o te lo vayan a llevar a casa gratis, incluidos gastos.
En este libro explico los mecanismos que hay que activar –mentales y personales– para empezar a entender qué es eso de la **buena suerte**.
Este libro te puede proporcionar más horas de entretenimiento (sin intoxicarte) y, si no te decidieras a hacer lo que te digo, por lo menos te habré hecho pasar unos buenos ratos, con su lectura, más largos, emocionantes y provechosos que en el cine o en la tasca, de eso estoy seguro, posiblemente hasta aprendas algunas cosas que no sabías antes. Que tampoco estaría mal. Así que si quieres seguir perdiendo tu vida y salud para ganar dinero y luego perder el dinero para recuperar tu salud, como dice el actual dalái lama, será tu elección.
Finalmente quería decirte algo más, cuando terminaste el colegio de primaria, si no tuviste la **buena suerte** de poder seguir estudiando el bachillerato o incluso una carrera –y aun así–, dime ¿de qué te valió saber si las fanerógamas eran plantas marinas o de secano?, ¿o de qué te valió saber que Aníbal cruzó los Alpes y no los Andes?
Y yo digo: uno se pone a trabajar, bien tras la primaria o bien tras un doctorado en Letras, ¿qué sabe de economía, de dinero, de ahorro, etc.? Como no haya estudiado Económicas, contabilidad casera o leído a Kiyosaki, apenas nada.
Y, sin embargo, con lo primero con que se encuentra uno es que las empresas trabajan con y por dinero, al igual que los profesionales, sean abogados, médicos o lo que sea, e, igualmente, las cosas y los servicios que se empiezan a necesitar a partir de entonces, cuestan dinero; y lo que más espera y desea uno es precisamente el encuentro con su primer sueldo; y no con las fanerógamas.

¿Sabía uno lo que es el dinero ganado a pulso propio y no al de papá?, ¿estaba preparado para administrarlo?, ¿sabía lo que significaba ahorrar, invertir, comprar, vender, hipotecarse, etc., de verdad y en serio?
Cantidad de ricos dejaron la escuela porque allí no les enseñaban lo que deseaban aprender: T. Alva Edison (por su problema de sordera lo echaron), H. Ford, A. Carnegie, W. Bufftet, Zuckerberg, Amancio Ortega, etc., entre otros muchos que aprendieron en la 'calle' de la vida o fuera de la escuela o la universidad, la economía y el manejo del dinero necesarios para sus vidas. Y algunos como Gates, Kiyosaki, Eker (un rico hecho a sí mismo) y yo mismo, sabemos de sobra lo que es vivir en un garaje, en un coche desvencijado, en un sótano, en un cuchitril e incluso pasar hambre y alguna noche entre cartones.
¿Por qué en las escuelas, colegios y universidades no se enseña a manejarse bien en algo tan importante?
¿Es que es más interesante saber lo de las fanerógamas y los lamelibranquios? ¿O es que hay otros intereses más interesados?
"No se aprecia la riqueza, si no se ha degustado la pobreza", decía Charles Chaplin, Charlot.

Introducción

No puedes resolver un problema con la misma perspectiva con la que lo creaste.

Una de las definiciones de locura es hacer las mismas cosas una y otra vez y esperar diferentes resultados.
ALBERT EINSTEIN

Fehu es la runa de la abundancia y de la **buena suerte**. Una runa no es más que una letra de un alfabeto germánico antiguo. Fehu es su primera letra, no es la 'a' ('os'), pero es prácticamente igual. ¿De dónde procede la letra griega alfa [a] y, por tanto, nuestra 'a'? Pues del dibujo esquemático de la cabeza de un bóvido (vaca o buey) egipcio[10] que, pasando por el álef[11] 𐤀fenicio, llegó a esa alfa y luego al latín, a través del etrusco. Lo mismo le ocurre también a 'fehu', que, pese a su origen tan lejano del de la 'a', también le asoman esos cuernos bovinos (¿se los ves?).
Y ¿por qué son primeras letras? Porque, desde tiempos inmemoriales y en todas partes, la abundancia, o sea, la vaca[12] sobre todo, es lo que los hombres más han deseado poseer. Hace mucho ya que la vaca ha sido sustituida por el dinero, por los fenicios precisamente, como símbolo de la abundancia, la riqueza y la **buena suerte**.
El doctor Camilo Cruz ejemplifica con su cuento-metáfora *La vaca*, cómo vencer el conformismo y la mediocridad: así, viendo muerta la

vaca del cuento, la única riqueza de una familia paupérrima, es como logran sobreponerse todos sus miembros y empiezan a prosperar y adaptarse a los nuevos tiempos.

Hoy día, las runas[13] y decenas de otros artilugios, como las cartas del tarot, auténticos códigos secretos de los templarios de cuando eran perseguidos (ver *El segundo mesías,* de Ch. Knight), son usadas por los 'adivinos' para una supuesta atracción de la **buena suerte** y 'visión' del futuro. Nada de eso nos interesa aquí[14].

Espero que te des, amigo lector, de que este libro que estás empezando a leer ahora, es una joya. Una verdadera joya. Y no lo digo por decir, lo digo tanto por lo que me ha costado a mí confeccionarlo, como por lo que les ha costado a muchos de los personajes que encontrarás dentro, descubrirlo o aprenderlo antes, darlo a conocer y enseñarlo, a mí y a otros muchos, o aprenderlo yo de ellos. Pero no es eso todo, ni mucho menos. Es una joya por lo que a mí me ha hecho conseguir y por lo que a ti también lo puede hacer. Fíjate, tú has pagado apenas un puñadito de monedas (igual ni eso), por lo que otros hemos tenido que pagar miles de ellas, amén de incontables horas de dedicación. Espero pues que sepas sacarle provecho y, si consigues lo mucho que este libro puede darte, seas también agradecido. Dicho esto, prosigo.

¿Es que se puede atraer la buena suerte? A buen seguro que es lo primero que te has preguntado al leer el título. Y lo que deseas escuchar es, por supuesto, que SÍ. Pues sí, se puede atraer. Se suele decir en los libros que tratan de estos temas, que, por esta Ley de la Atracción, "lo semejante atrae a lo semejante", así como el imán atrae al hierro, la hembra al macho, etc.

La pequeña o gran diferencia que hay entre un imán y un hierro es lo que hace que ambos se atraigan y unan, ocurre con el macho y la hembra, etc. Pero resulta que el imán, por ejemplo, no siempre es de hierro y, sin embargo atrae al hierro y sólo al hierro (o a su derivado, el acero), es más, los imanes naturales más potentes no son precisamente corrientes, sino los de neodimio (Nd); y la hembra atrae al macho, sí, pero tendrá que ser de su misma especie[15]

El imán como alegoría nos es muy útil. No hay por qué desecharlo. Es así pues, aunque relativamente; porque la verdadera Ley de la Atracción también podría ser definida como hace Esther Hicks (Abraham) en *El increíble poder de las emociones*, de esta otra manera: "Todo objeto atrae la esencia de lo que se asemeja a sí mismo", cosa que tampoco me gusta demasiado, ya que yo no me considero un objeto atrayendo a alguien o algo que se asemeje a mí, aunque puede valer para otros. O "La poderosa Ley de la Atracción responde a la vibración de aquello en lo que se ha convertido esa parte tuya más extensa". Esto está algo mejor. O, "Atraer la esencia de lo que se

desea". No está mal. Yo no soy quién para oponerme al 'espíritu' (el Abraham) que dicta los libros a los Hicks –ya digo que los admiro profundamente–. Además dice que la "Ley de la Atracción existe en todas las partículas del Universo y simplemente es". Muy bien. Lo veremos enseguida.

Además de los Hicks, otros también ilustran la ley de la atracción comparándola con la ley de la gravedad. Pues mire Vd., no del todo. Es decir, sí, aunque hay un matiz importante. Si consideramos la ley de la atracción en sí misma, efectivamente y, al menos en el mundo subatómico o cuántico que luego estudiaremos, podríamos considerarla como una ley natural, al igual que la de la gravedad. Pero cuando queremos aplicarla a nuestro mundo real, el de cada día, el de que "no llego a fin de mes", etc., la cosa ya cambia algo. Si no fuera así, en el mundo habría ya millones y millones de ricos, tantos cuantos han visto o leído el documental y el libro *El Secreto* de Rhonda Byrne y toda la literatura que le ha seguido, que, como verás, es abundantísima.

Ni siquiera, si definimos la ley de la gravedad como lo hacía el filósofo Aristóteles, se asemejarían; este (que demasiadas veces marraba cantidad) decía algo así como "que los cuerpos se aceleran a medida que caen, porque están deseando llegar cuanto antes a su lugar natural, la tierra".

Sí cabría añadir aquí el hecho histórico de que fue precisamente Newton quien formuló matemáticamente en 1687, y por primera vez, la ley de la gravedad, que dice que "todo objeto atrae a cualquier otro objeto con una fuerza proporcional a su masa e inversamente proporcional al cuadrado de su distancia", dando con ello el empujón definitivo a la ciencia moderna iniciado por Galileo. ¿Nos sirve esto aquí para algo? Habría que decir lo siguiente: si, por ejemplo, yo aspiro a tener una casa que he visto y la pongo en mi plan de peticiones de **buena suerte**, he de tener en cuenta que la casa no se va a mover ni un milímetro de su sitio para venir a mí. Y así con todo.

¿Qué es pues lo que he de atraer? La "posibilidad de poseerla", podría ser la respuesta más adecuada, con todo lo que ello conlleva.

La diferencia entre la ley de la gravedad y la Ley de la Atracción es que la primera funciona instantáneamente y la segunda no; y además, esta requiere de unos requisitos específicos para hacer que funcione y eso, me temo, que la haría poco científica a ojos de la "ciencia oficial" (salió mi vena escéptica, lo siento).

Y algunos otros también definen la Ley de la Atracción como que "las imágenes que están grabadas en nuestra mente atraen aquello que representan". Y de otras muchas maneras.

Yo definiría esta ley, en cuanto al uso que nos interesa, como: "Pensamientos vibrantes similares, enfocados persistentemente a

objetivos bien definidos, proporcionan la posibilidad de atraer la esencia o el bien que representan".

Hay quienes argumentan que 'pedir' o 'atraer' algo, siempre tiene una doble cara y, por tanto, encierra un peligro oculto, ya que, por ejemplo, si lo que 'pides' es dinero, este te puede llevar a hacer cosas reprobables con él, o que te lleve a una desgracia. ¿Quién no ha conocido a alguien a quien le ha tocado la lotería, se ha comprado un coche y se ha matado con él? Hasta ahí de acuerdo, pero pienso que ambos hechos no tienen mucho que ver entre sí, pese a su ilación. Son procesos distintos y dispares.

Continuemos: la esencia del dinero, por ejemplo, no son los billetes de papel o las monedas, sino lo que se puede hacer con ellos.

O sea, que los ejemplos que nos ponen esos libros que tratan de la consabida Ley de Atracción, no siempre están acertados del todo en sus definiciones. Quizá yo tampoco lo esté con la mía.

¿Importa eso mucho?, te preguntarás. No demasiado, sería la respuesta; sirve solamente para centrarnos. Importa en la medida en que si deseas tener **buena suerte** para encontrar, por ejemplo, una pareja[16], y diseñas un "pedido" sin especificar claramente cómo deseas que sea, podría ocurrir que te encontraras con lo que no esperes. Pero eso no es problema de la definición sino del método.

Lo esencial para mí de todo esto son las vibraciones, porque incluso podríamos prescindir de los pensamientos, pero no de las vibraciones que les acompañan. Son los pensamientos en tanto que vibrantes los que atraen aquello que deseamos. Podemos incluso tener pensamientos positivos todo el día y no conseguir atraer nada de lo que deseamos. Tenemos que sentir vibrar nuestros pensamientos, porque si no, no hacemos nada.

Por tanto, lo que más importa es que sepas hacer que te funcione. Igualmente, si lo que deseas es **buena suerte** para conseguir mucho dinero, deberás especificar claramente en tu "pedido" qué clase de dinero deseas, qué cantidad, en qué fecha, de qué forma, etc., deseas obtenerlo. Como ves, no vale hacer un "pedido" diciendo que quieres tener mucho dinero, ser rico, tener un coche grande y una casa en la playa. Hay que especificar mucho más, si no, la **buena suerte** no te acabará de llegar. Luego lo veremos con más detalle.

El semiólogo y antropólogo italiano Umberto Eco, en un texto titulado *El mago y el científico*, decía claramente que no es lo mismo ciencia que técnica, y que "la magia era y es la presunción de que se puede pasar de golpe de una causa a un efecto por cortocircuito, sin completar los pasos intermedios. La magia ignora la larga cadena de las causas y los efectos y, sobre todo, no se preocupa de establecer, probando y volviendo a probar, si hay una relación entre causa y efecto". Aquí no queremos hacer uso de ninguna clase de magia.

La técnica, que es una puesta en práctica de algún principio científico, viene a hacer lo mismo: tecleas en una pantalla de un cajero del banco y al poco te sale un fajo de billetes. ¡Pura magia! Lo que hay detrás, o cómo lo hace, nada importa, a menos que se trague nuestra tarjeta o el dinero no salga. Algo hay detrás.

¿Es la búsqueda de la **buena suerte** a través de la dicha Ley de Atracción, pura magia? ¿O es algo científico como la ley de la gravedad? Si tú tiras una piedra hacia arriba, es seguro que cae al suelo. Eso es siempre así. Hay infinitas pruebas en el mundo que lo avalan y ninguna en su contra. Pero si tú haces un "pedido" de **buena suerte**… ¿qué ocurre? Puede que no ocurra nada y te quedes como estabas. Los que nos "venden la escoba" de que la **buena suerte** se puede lograr matemáticamente al 100%, si pones las causas adecuadas, claro está, yo creo sinceramente que no están en lo cierto.

¿Por qué? Porque no hay suficientes pruebas en el mundo de que así sea. Pero no te alarmes, amigo lector, tampoco la ciencia médica es exacta, ni lo es la anatomía, la fisiología, los medicamentos, etc., con las que nos jugamos la vida.

Son ciencias experimentales, de probabilidades. Cuando un cirujano forense, por ejemplo, abre un cuerpo en la morgue, se puede encontrar que algún órgano o víscera se halla fuera del lugar esperado o no está en ninguno, y no porque alguien lo cambiara antes, simplemente puede ser que el muerto nació así. ¿Es menos científica por eso la Anatomía? Si hablamos de ciencias "puras y duras", veremos que no hay demasiadas; de las otras, de las llamadas "blandas", hay infinidad. Pero si es que hasta en Lingüística, todo en ella tan codificado en los diccionarios y las gramáticas, que no puedes salirte de ellos a menos que deliberadamente quieras hablar o escribir mal, sin embargo nos encontramos con un tropezón que no sabemos cómo solucionar, aunque están ello los académicos, se trata de un verbo en imperativo y pronombre enclítico en tercera persona, como el que se forma con el imperativo de 'salir' y el personal 'le'. Se puede decir pero no se puede escribir, a menos que te salga algo así como "**salle** al encuentro"[17]. Y digo que con todas estas cosas no nos va tan mal en la vida porque sean así.

Pero ¿importa mucho que esta ley de la **buena suerte** no sea una ley dura al 100%, como dicen la mayoría de autores? Yo creo que cualquier jugador de ruleta se daría con un canto en los dientes, si en sus expectativas de ganancias figurara al menos el 51%. Pues bien, en nuestra ley de la **buena suerte** yo creo que ese porcentaje, sin llegar a 100%, es bastante más alto que ese 51%.

Si bien no hay que perder de vista que la mayor parte de los fallos no están en la propia ley, sino en el método que se emplea a la hora de aplicarla y el rigor con que se hace. Ahí es donde se halla el principal

problema. Si yo quisiera aplicar, por ejemplo, el método de Elon Musk (ver más adelante) para hacerme el hombre más rico del mundo, lo más probable es que no lo lograse.
Simplemente no reúno las condiciones, ni me interesa en absoluto.
¿Puede funcionar alguna vez al 100%? Por supuesto que sí.
Yo sólo hablo de lo que sé y he vivido. Toda una vida de experiencia laboral y estudio, me han proporcionado una visión aséptica y hasta escéptica de cuanto me rodea. No es oro todo lo que reluce, hay también mucho oropel. Ni verdad todo lo que se dice desde el púlpito, desde el sagrado templo de la universidad, desde el ágora o desde la caja mágica televisiva; hay mucha fabulación.
Estás pues aquí leyendo esto porque, si no me equivoco, lo primero de todo, lo que quieres es ser rico. O puede que lo que deseas es tener una buena casa, un buen coche, un buen trabajo; da igual, en definitiva es lo mismo, y lo que quieres es tener **buena suerte** para con ella conseguir todo eso y, a ser posible, aún más.
Y quieres saber, por tanto, ¡cómo no!, si realmente hay atajos, que no sean cuentos tetraboleros[18], para llegar a ella. Pues sí los hay y te voy a enseñar dónde y cómo tomarlos.
¿No pagarías cientos de euros, si no miles, para que alguien te enseñara a tener **buena suerte** y, por tanto, éxito en lo que emprendieras? Yo lo he hecho. He asistido a clases con profesores que enseñan a una docena de alumnos, algunas cosas de las que yo te voy a enseñar aquí y que, en un fin de semana, se han llevado al bolsillo como poco 6000 euros. Otros, muchísimo más. Es curioso, una gran mayoría te enseñan a ganar mucho dinero en todo lo que emprendas, pero ellos lo ganan sólo o bien enseñando o bien escribiendo sobre lo que enseñan. Y muchos engañando a sus alumnos. O sea, ganan de sus propios alumnos o de sus lectores. No van más allá en esa especie de autofagia. No salen de su círculo vicioso, si se supone que lo que enseñan debe valer para todo tipo de eso que ahora llaman 'emprendimientos'.
Te explicaré, amable lector, cómo me fui enterando de por qué los ricos del mundo –aquellos que lograron sus fortunas por sí mismos y no heredándolas– no siempre fueron o son, ni mucho menos, seres extraordinarios, con muchos estudios, con dotes especiales para conseguir riquezas, etc.; o con mucha caradura, poca vergüenza, o sencillamente ladrones. No hay nada de eso, o al menos, no es lo más común. No cabe duda de que hay excepciones, como en todos los colectivos humanos, pero no es la tónica general. Me atrevería a decir que las excepciones son incluso bastante menos en este colectivo que en muchos otros.
Una atenta lectura de las biografías de estos personajes ricos, nos da que incluso son muchísimo más generosos que la media de los

mortales. Claro, ellos pueden, dirás. Infinidad de fundaciones u organizaciones no gubernamentales en el mundo entero, dedicadas a la ayuda desinteresada a los desfavorecidos, a la investigación, al desarrollo, a la cultura, al arte, a la filantropía, etc., son creadas y sustentadas por personas que consiguieron sus fortunas dentro de la más estricta legalidad y con métodos o maneras honrados.

Me vienen a la mente los casos de algunas empresas[19] y marcas que lo primero que crean es una fundación, cuando todavía dichas empresas ni siquiera han empezado a funcionar y, por tanto, a facturar y ganar dinero que es su objetivo principal como tales empresas.

Raro es el rico que no mantiene una fundación de estas. Muchas de esas fundaciones están haciendo muchísimo bien a multitud de personas y grupos desfavorecidos, a la sociedad, etc., aunque eso no quita para que, o bien algunos de sus patrocinadores o bien algunos de sus administradores, se puedan acabar pringando alguna que otra vez, sea porque las utilicen también como medios de propaganda de sus propias personas e hinchazón de sus egos, o para otros fines menos loables. No me olvido tampoco, por eso, del hecho de que por encima de esas enormes fortunas conocidas, existen otras muchísimo mayores, que son las de los que realmente controlan el mundo y sus economías, a través de laboratorios, empresas poderosas, medios de comunicación, televisiones, prensa, revistas como Forbes (en donde sus propias fortunas no las muestran), etc., de las que son propietarios, pero sobre todo, de los bancos dueños de la Reserva Federal de EUA.

En cualquier caso, los beneficios para las personas a las que favorecen nuestros “millonarios de medio pelo”, a la sociedad en general o a la Naturaleza, siguen subyacentes. Sin ellos nada de eso existiría y el mundo sería un poco más deprimente. No cabe duda de que hay ricos de puño cerrado, cuyo afán en la vida es acumular riquezas sin cuento... que nunca sueltan un céntimo ni para sus más allegados y que, en definitiva, ni siquiera disfrutan. Hacia ellos, mi más sentida conmiseración, pues son enfermos mentales; o sentido desprecio, si es porque son como son y así desean seguir siendo.

También, por supuesto que hay empresarios aprovechados, ricos ruines, sacerdotes pederastas, médicos que infringen su juramento hipocrático, abogados timadores, políticos corruptos y obreros que engañan con su tiempo y dedicación o sustrayendo bienes a sus empresas, etc., pero generalizar aplicando estas maldades a todos los componentes de sus gremios no es correcto.

Los prejuicios que generalmente se tienen sobre las gentes adineradas suelen ser, en realidad, proyecciones de uno mismo, envidias no reconocidas y frustraciones varias que padecemos o hemos padecido en el pasado. Yo, el primero. Incluso permanecer en posiciones

políticas de izquierdas, siendo ricos, tampoco es una incongruencia. Conozco algunos.

Y hacer creer al obrero, como suelen hacer los sindicatos, que el destino de toda su vida es la de ser un trabajador empleado y supeditado a las voluntades de sus empleadores (la "patronal", lo llaman todavía, expresión de retumbos cavernarios), es hacerle un flaco favor. Y el obrero debería, en vez de rebelarse contra su empleador, hacerlo contra su sindicato y, sobre todo, contra quienes en la infancia les implantaron las ideas funestas de que a lo que hay que aspirar en esta vida es a un puesto fijo, a ser posible de funcionario público. Es así como se crean, en todos los países del mundo, manadas de borregos sin más aspiraciones que medrar algo a la sombra siempre de otros, sea del Gobierno o de quienes, en su momento, arriesgaron a veces lo indecible para crear riqueza y trabajo, algo que el borrego nunca se atrevió a hacer. Y es de eso de lo que también quiero hablar aquí.

Hay, por otra parte, una clase de ricos y poderosos indecentes que, sin moral ni respeto alguno por la vida, humana o no, desencadenan, de cuando en cuando, espantosas crisis como la que estamos viviendo en estos momentos en todo el mundo. Contra esos no se puede hacer mucho desde la pobreza, es por eso que tenemos un argumento más para no tener reparo alguno en hacernos ricos también, ricos decentes, claro, no como ellos. Ilustrémonos con lo que nos dice el escritor Pérez Reverte en su artículo *Sin pudor:*

> Pisar la calle y haber conocido esas tiendas, una por una, recordando los rostros de propietarios y dependientes, su desasosiego en los últimos tiempos, la esperanza, menor cada día, de que alguien se parase ante el escaparate, se animara y entrase a comprar, sabiendo que de ese acto dependían el bienestar, el futuro, la familia. Haber presenciado tanta angustia diaria, la ausencia de clientes, el miedo a que tal o cual crédito no llegara, o a no tener con qué pagarlo. El saberse condenados y sin esperanza mientras en las tiendas desiertas que con tanta ilusión abrieron, languidecían su trabajo y sus ahorros. Morían tantos sueños...
>
> Eso es lo peor, a mi juicio... lo imperdonable. Todas esas ilusiones deshechas, trituradas por políticos golfos y sindicalistas sobornados que todavía hablan de clase empresarial como si todos los empresarios españoles tuvieran yate en Cerdeña y cuenta en Islas Caimán.
>
> Ignorando las ilusiones deshechas de tanta gente con ideas y fuerza, que arriesgó, peleó para salir adelante, y se vio arrastrada sin remedio por la tragedia económica de los últimos tiempos y también por la irresponsabilidad criminal de quienes tuvieron la obligación de prevenirlo y no quisieron, y ahora tienen el deber de solucionarlo pero ni pueden ni saben".

Escucha también lo que dice el filósofo hindú Osho:

> El hombre ha vivido a través de los siglos como un borrego, formando parte de la multitud, acatando sus tradiciones, convenciones, siguiendo las antiguas escrituras y las viejas disciplinas.

Que los empresarios a veces son unos tiranos y explotadores, por supuesto que sí, ¿cómo lo voy a negar si los he padecido yo mismo? Para los que lo son, mi desdén. Pero no son todos así, baste decir algo que los obreros no suelen percibir, y es que una de las personas más estresadas que he observado en consulta, es la del empresario que no puede pagar sus nóminas a final de mes. Es el estrés suyo propio y el de la suma del de todos los obreros que tiene a su cargo, además del de sus familias. Cuando son las nóminas de varios meses, ni te cuento. Para ellos mi admiración, porque el estrés es lo que produce más trastornos en el ser humano, es la raíz de muchas enfermedades, porque la adrenalina que produce, le hace perder el equilibrio al cuerpo en muchos de sus procesos bioquímicos y embota toda una serie de conexiones neuronales que le apartan del equilibrio y de la realidad.

Dice Lair Ribeiro en *Los pies en el suelo y la cabeza en las estrellas,* lo siguiente:

> El Universo es por naturaleza abundante, se creó para que todos nos beneficiáramos. Para que a mí me vayan bien las cosas, no es necesario que a ti te vayan mal, a no ser que tú insistas en que así sea, y ése sería tu problema. Aquello en lo que crees (tus convicciones) influye en tu percepción, es decir, define la manera en que ves las cosas. Y tu percepción también depende de tus intenciones, de aquello que realmente quieres conseguir.

Y Adrian Roger (1931-2005) escritor y predicador americano de extrema derecha, decía que “no se puede multiplicar la riqueza dividiéndola”. Pero también: “todo lo que una persona recibe sin haber trabajado para obtenerlo, otra persona debe haber trabajado para ello, pero sin recibirlo”. Eso quizá podría aplicarse al capital especulativo –que encarece la vivienda y todo en general– pero cuando uno crea riqueza y puestos de trabajo con su capital, no es así, ni mucho menos, y es justo que se reciba un beneficio por ello.

Un rico podría pensar también, por ejemplo, que si él hace el mismo uso que cualquiera de sus vecinos de un servicio público; por ejemplo, de las aceras que pisa todos los días, ¿por qué él tiene que pagar muchísimo más, vía impuestos directos, que sus vecinos menos adinerados, a la hora de repararlas; y encima rompe menos? Pues lo hace. Es cierto que esos vecinos, la sociedad en definitiva, le han procurado los medios, la seguridad, el ambiente, etc., para que él y otros como él, pudieran hacer sus fortunas. En otros ambientes, territorios, con otros vecinos, etc., no las hubieran podido hacer[20]. De justicia es que retornen a esa sociedad parte de las mismas. Si bien, en cualquier caso, los medios para enriquecerse están ahí para todos por igual.

La diferencia está en que algunos arriesgan su tiempo y sus ahorros

para conseguirlo, y eso puede tener un precio, a veces elevadísimo, y otros prefieren gastarlos en nimiedades.
Quien piense en la famosa tarta económica, según la cual, más o menos, la mitad de ella se la llevan los empresarios, inversores, etc., un cuarto, los gobiernos, y el otro cuarto se lo reparten los trabajadores, pensionistas, etc., y que eso no es justo; o quien argumente que el rico es cada vez más rico y el pobre cada vez más pobre y todo eso –lo cual no deja de ser verdad–; que piense también que los que hacen crecer la tarta son los de arriba, es decir, esos mismos que cogen más porción de ella. Y la tarta es cada vez más grande,cuanto más arriesga y trabaja el que está arriba creando riqueza, bien sea con su trabajo directo o con lo que ya tienen, es decir, el capital, sea propio o ajeno. El rico es más rico porque ha hecho crecer la tarta y no porque le robe al obrero. Otra cuestión que es de justicia, es que el reparto se haga proporcional a la aportación de cada uno, o no, habida cuenta también de que el que más arriesga es el que está arriba, porque ¿qué obrero por cuenta ajena arriesga en su trabajo, sus ahorros, su casa, etc.? El empresario, sin embargo, sí lo hace, es más, incluso arriesga lo que no es suyo, y eso conlleva una responsabilidad enorme.
El axioma sería: un país es más pobre cuantas menos personas emprendedoras tiene, y más rico cuantas más personas emprendedoras, arriesgadas y valientes viven en él. ¿Has intentado tú crear alguna vez una tarta? Ahora podrás tener la ocasión. Y no es por desanimarte, pero debo decirte que un ejército de potenciales creadores de tartas (dicen que 9 de cada 10) no consiguen nunca llegar a su objetivo y se quedan a medio camino, o tienen que regresar a hacer cola (habiendo perdido, en numerosísimos casos, ahorros de toda una vida) a ver si les dejan comer de algún trozo de otra tarta. ¿Alguien piensa alguna vez en ellos?
Fueron valientes y perdieron, quizás necesitaban de un libro como éste. No cabe duda de que arriba quedan los mejores. ¿En qué sentido? Pronto lo veremos.
Pero ¿si todos nos hacemos ricos, quién trabajará? No hay problema, trabajar siendo ricos no es incompatible. El hombre es por naturaleza trabajador.
Hay muchísimos ricos que trabajan, desde banqueros hasta empresarios de todo tipo. La haraganería existe, por supuesto, allá ellos los que la practican, si están en edad de trabajar, es que se han vuelto viejos antes de tiempo. Incluso muchos jubilados trabajamos. Ya lo ves, aquí me tienes.
Hace ya más de dos mil años, alguien que sabía mucho más que todos nosotros, dijo que los pobres siempre estarían con nosotros. No hay problema pues.

Pero además, es que para hacerse ricos, los ya más de ocho mil millones de habitantes del mundo, tendrían que comprar libros como este que les enseñaran a serlo, o aprender y probar de otras maneras; pero mucho me temo que muy pocos de los que pudieran intentarlo estarían por la labor. Y tú ¿dónde estás?

Imaginemos por ejemplo el superconocido caso de Bill Gates, el magnate del software. Está cumpliendo ya lo que prometió hace bastantes años, de repartir la mayor parte de su fortuna cuando cumpliera los 55 años. Este asunto tiene demasiada diatriba, puesto que se dicen tantas cosas contradictorias acerca de la finalidad de sus fundaciones y su ética, que mejor ni entramos en ello. También es posible o indudable que algunos de sus métodos para conseguir su fortuna no fueran demasiado ortodoxos. Nadie es perfecto, y si algo no hizo bien, ya pagó por ello cuantiosas multas que repercuten en bien de la sociedad, aunque lo que hace últimamente (vacunas, etc.) puede que sea algo más que reprobable, dadas sus ideas malthusianas[21]. Pero no es aquí el lugar más idóneo para juzgarlo.

Miremos las cosas más por encima de todo eso y veremos que lo que él consiguió fue mucho más que hacerse millonario él solo. Hizo millonarios a muchos otros, dio trabajo a millones de personas en el mundo –ese mundo al cual puso literalmente patas arriba–, creó riqueza, bienestar y liberación de tareas penosas por doquier y nos acercó y facilitó a toda la Humanidad no solo el trabajo, sino también la información, el aprendizaje y el conocimiento como nunca antes estos beneficios nos habían sido concedidos y puestos tan al alcance de los dedos. Y, aunque personalmente ni siquiera utilizo su famoso sistema operativo para escribir esto, no dejo de reconocer la importancia de su invento.

Tan es así que hoy puedo decir que, en gran parte por él, hoy sé y he visto cosas que ninguna de las universidades por las que he pasado, me han enseñado jamás y, en definitiva, también puedo estar escribiendo este libro y he conseguido mis modestos objetivos, esos que tú también puedes conseguir si me sigues leyendo con atención.

Objetivamente y, en términos generales, incluso a pesar de sus fallos, ¿no se puede decir que estos personajes tan influyentes positivamente en la historia, por su ingenio y capacidad, no se merecen un gran respeto y admiración? No todos los ricos o asimilados se merecerían el título de Benefactores de la Humanidad –yo no se lo daría ni siquiera a Alfred Nobel ni a los Rockefeller, estos, por ejemplo, y a pesar de sus fundaciones–, por bilderbergianos[22]; pero sí a Nikola Tesla y a algún que otro como Manuel Jalón (por su invento de la fregona, invento este que a tantos y a tantos de nosotros nos puso de pie para limpiar los suelos) y a algunos pocos más.

En cualquier caso, mi opinión particular, que evidentemente no digo

que sea la mejor, es que todo el mundo debería tener un límite para sus ganancias, un límite que no tiene por qué ser el mismo para todos.
Porque, por ejemplo, ¿qué sentido tiene ser el tercer multimillonario del mundo, Warren Buffett, por ejemplo cuando lo fue, y tener ya (como suele decirse) un pie más allá que acá y que, a buen seguro, jamás podrá gastar su fortuna en nada para sí mismo que ya no tenga o desee, y que siga acumulando riquezas? Como en su momento no se acordó de crear una fundación para fines benéficos, ahora la mayor parte de su fortuna la pone en manos de Bill Gates, que sí la creó hace bastante. No está mal.
Un porcentaje altísimo de personas en el mundo reconoce haber sido totalmente negada para conseguir alguna vez en sus vidas tener una buena cantidad de dinero en sus bancos, unas buenas viviendas en unos buenos lugares, a las que irían en unos buenos coches, vestidos con unos buenos trajes, después de haber comido en unos buenos restaurantes...
Y uno se pregunta: ¿cómo narices, consiguen todo eso? Porque algunos estaban pelados como las ratas hasta no hace mucho. Incluso puede que alguno fuera compañero de pupitre en el parvulario o quizá en la universidad. Son los más interesantes, porque sabes que no han heredado nada, o tan poco como tú mismo, y ahora los ves por ahí siendo unos ricachos. Algo deben tener que tú no tienes, aparte del dinero, claro está, pensarás. Pues sí, tienen algo, aunque, como personas tienen lo mismo que tú, e incluso puede que menos. En muchísimos casos, incluso muchísimo menos, porque algunos de ellos no sólo no tienen estudios, sino que encima son unos palurdos. Ricos, pero palurdos.
Hay estudios que demuestran que si alguien desde la enseñanza primaria, se planifica lo que quiere ser o tener de mayor y lo escribe, tiene grandes posibilidades de conseguirlo.
Si, al cabo de los años, se junta toda una clase de antiguos alumnos, se ve claramente quiénes son los “triunfadores”: los que se programaron. Yo lo he visto.
Cuando uno ya ha agotado su vida laboral y se da cuenta de los magros resultados que ha obtenido su esfuerzo durante tantos años trabajando, quizá piensa en cómo otros, puede que trabajando incluso muchísimo menos, hayan llegado a ricos o, al menos, a millonarios.
Ser rico antes era tener muchos millones de pesetas (o francos, etc.) en el banco y que nunca se acababan y cuando se impusieron los euros, la tasa de millonarios en España y en Europa, dio un bajón drástico. Ya no había tantos millonarios, ni tantos ricos. Hoy día se dice que un rico debe poseer al menos 25 millones de euros para gastos corrientes, digamos. Y los que no llegan a esa cifra son unos pobretones.
Cuando uno está entrando en la llamada edad senescente,

generalmente ya se ha rendido del todo y ha abandonado para siempre cualquier "veleidad" no sólo por conseguir hacerse millonario (digámoslo así), sino muchas otras cosas por las que a lo largo de la vida ha suspirado. Pero no debiera ser de esta manera, porque esa es la época de la vida en que se suele disponer de más tiempo para indagar, aprender y probar modos y maneras de poner en marcha muchos de los proyectos para los que en otras épocas de la vida no se dispone de ese tiempo, fuerzas y ni quizá de los conocimientos, medios o recursos necesarios.

Y uno de esos proyectos puede ser, ¿por qué no?, el de conseguir unos beneficios sustanciales que le permitan afrontar la senescencia con el júbilo que todo jubilado tendría que disfrutar, si eso es lo que se desea. Y, en cualquier caso, legar a los hijos unos bienes que de otra manera sería imposible, ayudándoles a solventar los muchos problemas que a la juventud les depara la vida. Sin olvidar, por supuesto, uno de los pilares fundamentales que hacen que la **buena suerte** funcione y que es el de la gratitud.

Si alguien es rico por herencia, su gratitud a los suyos y al mundo debería ser infinita, pero si lo es porque le han enseñado a conseguirla o ha aprendido de su propia experiencia, tampoco su gratitud debería ser menor y debería devolver a la sociedad y al mundo parte de lo conseguido (ya lo hará, aunque no quiera, con los impuestos, pero esto es además, porque los impuestos ya los pagan también los más desfavorecidos), por las posibilidades que le han dado para lograrlo.

Pero la gratitud no es dar las cosas totalmente gratuitas, porque así no se le hace ningún favor al que lo recibe, y lo dado se desvaloriza, al tiempo que es un mensaje equivocado al Universo que nos proporciona los bienes, por cuanto la mente universal y nuestra propia mente, aquella que nos predispone a la **buena suerte**, interpreta que ya no la necesitamos. Victor Boc, en su libro *Cómo resolver para siempre todos sus problemas de dinero,* aboga por que además de generosa, la donación sea totalmente sin contraprestación alguna, y la utiliza como herramienta para liberar de su adicción al que la tenga al dinero. Yo pienso que no se debe dar nada a cambio sin al menos la voluntad de una promesa de posible devolución futura, y si las circunstancias lo llegan un día a hacerlo posible. En cualquier caso, al igual que para cualquier falta hay una penitencia, para cualquier donación recibida debe haber algún tipo de acto que al beneficiado le fuera fácil de cumplir: leer este mismo libro, por ejemplo, se me ocurre. Sí estoy de acuerdo con Boc en que ser dadivoso acaba redundando en uno mismo y así la riqueza vuelve una y otra vez. La frase que dice que "todo individuo obtiene en la vida justo lo que es capaz de dar" es del todo correcta.

Evidentemente, querido lector, si tú aún andas lejos de esa jubilación

y de esa senescencia, te felicito, porque lo que consigas, si me sigues leyendo, podrás disfrutarlo tú mismo también, antes de traspasarlo a otros.
Confieso que empecé a escribir este libro cuando, recién jubilado, me enteré de la existencia de algo que llamaban la Ley de la Atracción, a través del documental que circula por Internet y que se titula ***El Secreto***, y su correspondiente libro escrito por Rhonda Byrne. Puedes ver ese documental buscándola en la Red.
Pero yo, al igual que infinidad de gente que habíamos visto el documental o leído el libro, me pareció haber visto o leído algo curioso e interesante, pero me quedé igual que todos ellos, o sea, que ni fu ni fa, ni un céntimo de más en mi bolsillo. No nos iba a sacar de pobres.
En mi caso todavía peor, por mi inconmensurable tirria hacia todo tipo de libros o documentales de autoayuda, autosuperación, etc., ni qué decir de libros como los de Napoleon Hill, Anthony Robbins, Dale Carnegie ("Cree en tu propio éxito y lo tendrás", de su libro *Cómo ganar amigos)*, etc., de los que jamás había sido capaz de pasar de la primera página.
Era algo sencillamente visceral. Psicopatía o neurosis, querido amigo, que si, por desgracia padeces también tú, te recomiendo que soluciones antes de adentrarte en la lectura pormenorizada de este libro.
Pero si no puedes hacerlo, tampoco te preocupes demasiado, porque a medida que me vayas leyendo, irás dándote cuenta de la sinrazón de dicha patología y sin percatarte apenas, y posiblemente antes de que termines de digerir todo cuanto te voy a contar, a buen seguro que ya estarás curado y vacunado para siempre contra dicho mal, máxime si consigues los objetivos de alcanzar la **buena suerte** en aquello que te propongas.
Poco a poco me fui enterando de que existían unas cuantas leyes más de éstas. Las expone claramente Brian Tracy en *El camino hacia la riqueza*. Nos conviene mucho tenerlas en cuenta para mejor alcanzar nuestro objetivo de la **buena suerte**.
Así:
La Ley de Causa y Efecto
Existe una razón para todo lo que sucede. Por cada efecto existe una causa, o más de una, la conozcamos o no[23].
El éxito no es un accidente, ni tampoco lo es el fracaso. El éxito es el resultado de hacer lo que hacen los triunfadores, una y otra vez.
La Ley de las Creencias
No importa lo que creas.
Si lo crees con sentimiento y convicción, se convertirá en tu realidad.
La Ley de las Expectativas

Cualquier cosa que esperes, si la esperas seguro de ti mismo, se convierte en una profecía que se cumple a sí misma.
Uno no obtiene en la vida lo que quiere, sino lo que espera.

La Ley de la Correspondencia

Así como seas por dentro serás por fuera.
Tu mundo exterior tenderá a ser reflejo de tu mundo interior.
Adonde quiera que mires allí te encontrarás.

La Ley de la Concentración

Todo aquello en lo que te concentras, crece, sea bueno o malo.
Si piensas continuamente en el éxito, estarás canalizando tus energías en él.

La Ley de la Actividad

Podrás alcanzar cualquier cosa que puedas retener continuamente en tu mente.
Cuando uno tiene en mente un objetivo claro que repite continuamente, mediante afirmación y visualización, crea un campo energético que provee todo lo que necesitamos para lograr dicho objetivo.
Atraemos personas, dinero, ideas... para convertir en realidad nuestro objetivo. La mente superconsciente resolverá todos los problemas y obstáculos que se interpongan.

La Ley de las Probabilidades

Las probabilidades pueden ser calculadas con gran exactitud utilizando técnicas matemáticas demostradas.
Algunos creen que la suerte es un factor importante en el éxito de los negocios. En realidad los fracasados casi siempre atribuyen su incapacidad para lograr una meta, a la mala suerte. El hecho es que, debido a las leyes mentales que rigen el universo humano, en realidad la suerte no existe.

Y…

El Principio de incertidumbre

En cualquier grupo de moléculas es posible predecir qué porcentaje de ellas actuará de una forma dada.
Si bien no es posible predecir cuáles van a ser. El caso es que tú puedes influir sobre tus probabilidades de éxito y riqueza.
Pues bien, todas estas leyes nos sirven para nuestro objetivo en mayor o menor medida. Nos conviene recordarlo.
Creer que una teoría es científica porque así lo parece y se sostiene sólo por ideología, no deja de ser una sinrazón. Y hay muchas.
Creer que la llamada ciencia moderna lo puede abarcar todo y que, tarde o temprano encontrará explicación a lo inexplicable, es deprimente. ¡Cuántas veces a lo largo de la historia se habrá dicho que

ya estaba descubierto todo! Sin ir más lejos, este que os escribe, recuerda que antes, cuando alguien se moría, fuera vecino o familiar, siempre había quien exclamaba: "pobre, pero por lo menos ya lo ha visto todo". Y estábamos en los tiempos del inicio del uso masivo de la radio, aquellos en que, ni mucho menos, todo el mundo tenía una en sus casas. En la mía la única radio que había era una "radio-galena" que un amigo "rico" me dejaba y que funcionaba conectada a la tubería del agua o al hierro de la cama, ya que no necesitaba pilas. Ni siquiera existían las de transistores.

Pero no quiero enrollarme en cosas circunstanciales. Simplemente pasaré, incluso de puntillas, sobre temas que en su momento a mí personalmente, me entretuvieron bastante, pero que a fin de cuentas solo me valieron para ilustrarme sobre el terreno que pisaba, ya que, en definitiva, terminaba preguntándome si aquello tenía tanta importancia para alcanzar mi objetivo final, el de conseguir la pequeña fortuna a que aspiraba.

Aprendí bastante observando a uno de los últimos jefes que tuve durante la etapa final de mi vida laboral. Este hombre había conseguido, desde la nada, una enorme fortuna, gracias a algunas características de su propia vida y personalidad, de las cuales, algunas de ellas solo supe después de que falleciera, y otras, que fueron las que le llevaron a la ruina, poco antes de eso.

De manera que no quisiera que este libro te resultara pedante o con demasiada información que quizá no te sirva para mucho. Sólo deseo que sepas en qué lugar te hallas, qué terreno pisas tú también, qué cosas se han descubierto ya, y son meridianamente seguras y ciertas, y qué cosas no son tan seguras ni ciertas, y, en definitiva, saber quién ha dicho qué y quién ha dicho cómo. Pero sobre todo, y es lo que más me importa, es que, mi querido amigo lector, tú consigas con mucha más facilidad que la que yo he tenido, hacerte con tu pequeña o gran fortuna –que no tiene por qué ser dineraria– a base de **buena suerte**, aplicando lo que te estoy enseñando.

Mi objetivo final contigo es que no necesites adentrarte en la lectura u ojeo de demasiados libros y documentales o vídeos, a menos que la curiosidad acabe llevándote a ellos. No sería mala cosa tampoco.

Tampoco quiero que creas que te voy a enseñar triquiñuelas, artimañas, a montar chiringuitos financieros, a vender o revender cursos o bobadas por Internet, a hacer trabajos en casa para unos que te van a explotar y hacerse ellos ricos, que no tú, etc. Nada de eso. Tú debes buscar tu camino. Yo no sé cuál es. Ni tú quizás te imaginas tampoco cuál es ahora mismo. A veces la ocasión surge por donde menos te lo esperas. Como suelen decir en Oriente: "El maestro surge cuando el alumno está preparado". En nuestro caso sería que "la ocasión surge cuando el que la busca está preparado".

Y ¿cómo sabe uno si está preparado? De eso es de lo que tratamos aquí. Tenemos que preparar nuestra mente para ello, con tranquilidad, con sosiego, y hacerlo con un método, o con varios.

Que cada cual elija el que más sirva a sus circunstancias y necesidades. Y ponerse en acción. Esta es fundamental.

Si crees que existe un método por el cual los billetes caen del cielo a nuestro tejado, por favor, cierra ya este libro, no te servirá de nada seguir leyendo, y dáselo a alguien menos ingenuo. Hace falta acción, incluso cuando la **buena suerte** le sonríe a uno descaradamente, como en el caso de la buena de Helena Hadsell, que ganaba todos los concursos a los que optaba, y, sin embargo, pedía acción, levantarse de la silla, moverse, ir a los sitios, rellenar los formularios, etc., porque a la suerte hay que salirle al encuentro... con un método, porque sin él, no hay suerte que valga. Y Helena, la más suertuda de todas las mujeres, resulta que no cree en la suerte.

Verás, yo, estando a punto ya de jubilarme, y sin tener ni idea de nada de lo que voy a hablar en este libro, acudí a la presentación del libro *La **buena suerte**,* de Fernando Trías de Bes y Álex Rovira.

Rápidamente me percaté, como todos los que fuimos a dicha presentación, que de lo que iba aquel librito era simplemente de un cuento, el cuento de que si no trabajas y espabilas, no alcanzarás nunca la **buena suerte**. Nunca compré ni leí ese librito y ahora, para escribir este, lo leo y me doy cuenta de que el protagonista exitoso, coincide conmigo no sólo en la onomástica, sino también en la edad que tenía yo cuando me propuse enterarme de qué iba todo esto de la **buena suerte**, además de empezar a pensar que sería buena idea escribir sobre ello; y en algunas cosas más.

La verdad es que nunca llegué ni siquiera a saludar a dichos autores, entre otras cosas, porque pensé que lo que yo fuera a escribir, nada o muy poco tendría que ver con su cuento.

Pensé que si yo tuviera que escribir un libro sobre la **buena suerte**, lo haría con la intención de que sirviera para algo más que para distraerse un rato. O sea, para conseguirla de verdad. Y aquí está el intento.

A mí, por lo menos, me ha servido. No sé si la venta de este libro me proporcionará los beneficios que a los susodichos autores, a buen seguro les proporcionó, a posteriori, su venta masiva[24]; sólo sé que mis beneficios, no necesariamente crematísticos, yo ya los conseguí a priori; y me gustaría compartir contigo el método que yo utilizo que, sea dicho de paso y en aras de la verdad, no es ni siquiera mío en su totalidad. Es una recopilación de muchos otros, que también expongo, y salpicado de mi propia experiencia en el camino de aplicarlo y conseguir los objetivos buscados. De manera que no busques aquí apenas nada que no hayan tratado otros autores de muchísima más

talla intelectual que la de un servidor.
Buena suerte curiosamente es la traducción de la palabra 'ouija' que supuestamente era lo que significaba en egipcio antiguo, según el creador de dicho juego, E. C. Reicher. Su continuador en el negocio se inventó otra traducción, la del 'oui' [uí] francés que equivale a 'sí', y la del 'ja' [iá] alemán igualmente también a 'sí'. Todo esto, tras inventarse los rumores de que era un juego esotérico y peligroso. Claro que lo es, como todos, si en la mesa o la cancha hay jugadores neuróticos, paranoicos o chiflados.
Finalmente quería decirte algo más y es que, como en todo lo que hago, me gusta visitar antes a los que serían los "abogados del diablo" o, más apropiadamente, los llamados "escépticos"[25]. El párrafo anterior está entresacado de ellos.
Tienen allí muchas páginas alojadas, en donde despotrican contra todo lo que consideran pseudociencias, medicinas alternativas, ovnis, etc. En muchas cosas que dicen estoy de acuerdo y les doy la razón, en otras, no tanto y, en otras, en absoluto; porque su visión de lo "científico" es muy parcialista, reduccionista y limitada. Suelo decir que ¡allá ellos!, si no creen en tal o cual cosa; porque no saben lo que se pierden.
¡Qué más me da a mi que el tal Randi (el mago que regalaba un millón de dólares a quien demostrase que existen científicamente los hechos paranormales, telekinesia[26], etc.) se "zumbe" todo un frasco entero de bolitas homeopáticas contra el insomnio, ante un nutrido auditorio de 'tontolabas', y no se duerma ante el mismo (curiosamente la peliculilla esa –se puede ver en Internet– termina en el momento justo cuando se acaba de beber el agua para tragarse dichas bolitas homeopáticas)! Lo que pasó luego, pues no se sabe, pero, por supuesto que no se dormiría. ¡La homeopatía de esa manera y además con agua (o con menta) pierde su eficacia y no hace ningún efecto! Además, ¿quién controló los cafés que se pudo haber tomado antes? Tanto presumir de científicos y de dobles y triples ciegos (por cierto, ¿cuántos ojos tienen ellos?) y, en un pseudo-experimento estúpido, cometen tantos fallos. No me extraña que nadie haya acudido a esa patochada del millón. El mago Randi más bien semejaba un payaso.
La homeopatía[27] funciona según qué condiciones; y la acupuntura y también el diagnóstico por la cámara Kirlian y hasta la Radiestesia y otras muchas de las llamadas por ellos "pseudociencias". ¡Allá ellos si buscan "racionalidades"! Si un pulpo[28] puede acertar acontecimientos, gracias a su enorme cabeza, en la que le caben hasta los pies (cefaló-podos = cabeza-pies), ¿qué no podrá hacer un péndulo regido por el cerebro más evolucionado del mundo, como es el humano?
Viene esto a cuento por todo cuanto voy a decir, ya que, de alguna

manera, podría parecer a algunos de estos escépticos, que es "pseudocientífico" el modo de hacerse ricos, como lo vamos a exponer aquí. Por tanto, concluirían que no es verdad que nadie se haya hecho nunca rico así.
Suelo decirles: «Mientras averiguas o discutes si es científico o no, ¿me dejas seguir curándome con homeopatía (¡me va de bien... que ni te lo imaginas, más que esas porquerías "científicas" que me destrozan el hígado y, de regalo, me producen dolor de cabeza. Y encima ya hasta me lo receta mi médico de la Seguridad Social!)?[29]. Y... ¿me dejas que siga consiguiendo mis objetivos, aunque no parezca demasiado "científico" el método para hacerlo? Porque, como escéptico, seguro que te meterás con algunas de las cosas que diré aquí".
¡¿O esto de conseguir lo que uno quiere, o sea, tener **buena suerte**, se lo quisieras preguntar a A. Carnegie, J. Bezos, a Bill Gates, a C. Slim, a A. Ortega, a W. Buffett, Mark Zuckerberg, a Donald Trump, a Elon Musk, a Jack Ma, a Rhonda Byrne, a Anthony Robbins y a tantos y tantos otros que consiguieron sus riquezas aplicando todo o parte de lo que expongo aquí?!

Capítulo I

Preámbulos y condiciones para una buena suerte

La suerte es como una muleta de goma:
te decepcionará cuando intentes apoyarte sobre ella.
HELENA HADSELL

Todos creen que tener talento es cuestión de suerte;
nadie piensa que la suerte pueda ser cuestión de talento.
JACINTO BENAVENTE

1. Qué es la suerte

Existe una puerta por la que puede entrar
la buena o la mala suerte,
pero eres tú quien tiene la llave.
PROVERBIO JAPONÉS

La suerte ayuda a los que se arriesgan.
(Fortuna audaces iuvat)
PROVERBIO LATINO

Voltaire (1694-1778), muy juiciosamente, definía la suerte como “Lo que sucede cuando la preparación y la oportunidad se encuentran y fusionan”. Se supone que hablaba de la **buena suerte**. El diccionario de la lengua liga la palabra suerte a la de “casualidad” y “azar”. El azar (palabra árabe: zahr) tiene sus propias leyes y no son rigurosamente matemáticas. Dice Anatole France que “el azar es el seudónimo de Dios cuando no quiere firmar”. Y Pérez Reverte que “el azar tiene muy mala leche y muchas ganas de broma”.

En el *Tesoro de la Lengua,* el lexicógrafo Sebastián de Covarrubias (1539-1613) define a la suerte como “ventura buena o mala”.

La palabra suerte ni es buena ni es mala en sí misma, es neutra. Por tanto, si la suerte es impredecible por definición, lo mismo que casualidad y azar, nos encontramos con que, para toparnos con la **buena suerte** o **fortuna**, en teoría deberíamos colocarnos en medio de una muestra aleatoria[30] por la cual necesariamente fueran a pasar todas las suertes, entre ellas la buscada, la buena.

Roberto Miglietti en su obra *Gambling, el azar en la ciencia*, nos dice que la visión del azar, desde el punto de vista científico, lo coloca en la posición de antagonista del conocimiento que la ciencia pretende abordar. No en vano la intervención del azar en la naturaleza ha sido execrada, como lo resume la antológica frase de Albert Einstein[31], “Dios no juega a los dados con el Universo” en su crítica a la Mecánica Cuántica, que refleja su clara posición acerca de que la naturaleza en sí evoluciona libre de azar.

A pesar de Einstein, se seguió avanzando firmemente en el sentido de incorporar el azar como un elemento intrínseco de nuestro vínculo con la realidad, del comportamiento íntimo de la naturaleza y del propio lenguaje científico de las matemáticas.

El matemático Martin Gardner (1914-2010), paradigma para los escépticos más acérrimos (junto a Michael Shermer[32]), decía en su libro *¿Tenían Adán y Eva ombligo?,* que, “a pesar de la aversión que le tenía Einstein, la palabra ‘azar’ no es una palabrota. Es absolutamente imprescindible, y de un modo muy bello, en la mecánica cuántica”.

Es el caso de la ruleta de casino, por ejemplo, cuya bola necesariamente caerá en alguno de los 37 o 38 números (europea o americana respectivamente) o suertes, que hay en el tambor giratorio, de manera que en todos y cualquiera de esos números estará la suerte. Si acertamos a poner nuestra ficha en la casilla en que se vaya a parar la bola, a nuestra suerte la llamaremos **buena suerte**, y para el resto de jugadores, que no hayan hecho lo mismo, será mala o muy mala suerte.

Jugar a la “martingala”, o sea, doblando la apuesta cada vez que no se acierta, como hacen muchos, nos garantizaría que en algún momento (dentro de las 37-38 veces o suertes) podremos ganar. Ahora bien, a

costa de un riesgo enorme de perder todo el capital que tengamos en el bolsillo. si la suerte buscada se vuelve demasiado esquiva y tarda en salir, ya que doblar cada vez la cantidad a jugar exponencialmente cada tirada, puede tropezar con las reglas del casino o del juego que limitan las cantidades a apostar o porque la capacidad de nuestra cartera no lo permita, puesto que nuestra suerte puede tardar en salir no 38 veces sino muchas más. Obviamente no es de esto de lo que vamos a hablar aquí.

No vamos a hablar aquí tampoco de talismanes (hay quienes juran que funcionan), herraduras, cañas, plantas de la suerte (cordyline fruticosa), tirada de habas, huesos, garbanzos[33], posos de café, amuletos, oraciones, árboles o plantas del dinero, san Onofre, San Patricio, san Pancracio o san Miguel, pirámides esotéricas, abanicos, delfines, brujas, indalos almerienses, velas rojas, suertes toreras, canciones shakiranas, películas (*Buena suerte*, por ejemplo), *Libro de las suertes* (anónimo siglo XVI) o novelas como ***Buena suerte*** de Baldacci. Ni de oráculos, ojos turcos, cruces caravacenses, augurios, agüeros, sorteros, quinielas, loterías, casinos, bingos, juegos de suerte, cleromancias (de klêros = suerte), bolsas de valores, (hay señales en bolsa que marcan tendencias –algunas psicológicas– que hace que algunos tengan **buena suerte**, no se puede negar), especulaciones financieras, "forex", etc., para conseguir nuestros anhelos de tener la suerte a favor; ni siquiera del hecho de que esté yo escribiendo justo al lado de la mismísima calle de *Las Suertes*, donde vivo por pura chiripa[34].

Tampoco nos vamos a detener en el I Ching[35] –*Libro del Cambio* o de las *Mutaciones,* según sea la traducción– cuya más importante (extrañamente no religiosa) es que sirve de oráculo adivinatorio. Una de sus frases es: "La perseverancia trae buena fortuna". Si bien, en los casos desfavorables, trae lo contrario.

No es que no haya estudios que avalen la posibilidad de que la mente de cualquier persona, esté o no dotada de "poderes especiales" y sea capaz de influir en el comportamiento de la materia (luego hablaremos de ello) y, por consiguiente también, en los resultados de combinaciones aleatorias tanto de máquinas, quinielas, bingos, ruletas, etc., –y acertar en esos juegos, o al menos tener muchas más probabilidades de hacerlo que lo que sería la media–, que los hay, como de personas y animales, que es lo que hacía el pionero de estos estudios, el biólogo Joseph Banks Rhine (1895-1980) con sus famosas cartas Zener y la ESP (Percepción Extra-Sensorial) tan denostada por los escépticos, pero durante muchos años presente en la Universidad de Oklahoma (USA), aunque ya no, y otros que le siguieron a partir de sus conocimientos sobre Física Cuántica. O como Niels Bohr (precisamente Bohr, uno de los padres de la Física Cuántica, convocó

la conferencia de Copenhague en la que se aprobó la llamada *Interpretación de Copenhague,* la cual sugiere que la aleatoriedad (ver nota 30) es un rasgo básico de la naturaleza. Werner Heisenberg (otro padre), Karl Pribram y otros más, estudiaron la posibilidad de que la mente pudiera influir en la materia y todos sus procesos.
En cualquier caso, se tratará de algo mucho más sutil y eficaz que todo eso, ya que vamos a dar un paso más allá.
Se trata más bien de poner las condiciones básicas para que la **buena suerte** nos acompañe siempre o nos espere a la vuelta de la esquina; condiciones sin las cuales será muy difícil o prácticamente imposible que la **buena suerte** nos sonría. Eso es lo importante.
Lo que quiero decir, estimado amigo, no es que no puedas tener **buena suerte** nunca, si juegas a la lotería, al bingo o a las tres en raya; o porque emplees tal o cual método matemático, esotérico o vete a saber cuál. Por supuesto que la puedes tener. De lo que te quiero hablar en este libro es de las condiciones físicas y, sobre todo, mentales, que tienes que adquirir para abrirte a la **buena suerte**, en todo lo que emprendas y en todo momento de tu vida. Y la **buena suerte** venga a ti casi sin buscarla. No te voy a recomendar en absoluto que juegues a bingos, loterías, ruletas, etc., porque la mayoría de estos juegos tienen trampas, aparte de que te pueden arruinar. Este tipo de suertes lleva implícito un veneno –sobre todo los juegos de respuesta rápida– que puede ser letal y que va en contra de las leyes universales del equilibrio energético vibratorio y demás, de las que luego hablaremos. Quizás tú, querido amigo, al igual que yo, hayas conocido a alguien que ganó una importante cantidad de dinero en una lotería y, al cabo de un año se ha encontrado no solo arruinado y con deudas, sino incluso muerto.
Personalmente y durante algunas temporadas estuve participando en una peña quinielística cuyo diseñador era un matemático profesional, que cada semana pronosticaba los resultados de los partidos que se jugaban, por medio de sofisticadas operaciones matemáticas, ingeniería matemática, digamos. Nunca ganamos un céntimo. La aleatoriedad de los quince partidos que se jugaban en una quiniela de fútbol española daba para unas combinaciones muchísimo más elevadas que las que da la ruleta, por ejemplo, por eso en esta se gana muchas veces, aunque, al final, se acabe perdiendo todo y, para más inri, se convierte uno en ludópata –a causa del veneno implícito que lleva este juego–. Caso conozco que, después de haberse dejado una fortuna inmensa en tableros de ruletas de todo el mundo, seguir aferrado a ellas, perdiendo su tiempo, o sea, su vida, jugándose incluso la pensión de jubilación, con la vana esperanza de, al menos, recuperar no ya parte de la fortuna perdida, sino de la pensión apostada.

El matemático que hacía nuestras quinielas confesó un día que también apostaba a la ruleta en el casino, y ahí sí conseguía buenas ganancias... pero no porque su sistema funcionara mejor o peor, sino porque se dio cuenta un día de que los ejes de los tambores de las ruletas, con el uso y desgaste, tenían cierta tendencia a inclinarse discretamente hacia un lado determinado.
Las anómalas ganancias del matemático alertaban a los encargados de los casinos que visitaba por todo el mundo, y terminaban por descubrir el truco. A partir de ahí ya se puede adivinar lo que pasó.
Poco recomendables estos sitios en donde además están vigilando continuamente todos tus gestos y movimientos desde cámaras ocultas. Y si a esto se juega en los casinos de Internet, la vigilancia personal evidentemente no existe, pero sí el control sobre tus movimientos y sobre el software que "aleatoriamente" dirige la bola hacia uno u otro sitio, en el caso de ruletas o tragaperras. Alguno de estos diseñadores de software para casinos en la Red ha confesado los trucos que se podrían emplear para ganar dinero sin mayor riesgo, pero de esto sí que no vamos a hablar aquí.
Lo que pretendo enseñarte, amigo, tampoco tiene nada que ver con métodos matemáticos para acertar combinaciones de resultados de quinielas, lotos, bingos, etc.; ni siquiera de mantras, vudús, oraciones a santa Rita; o cosas místicas o de otro tipo para que consigas atraer hacia ti la **buena suerte**.
Lo que quiero enseñarte es algo mucho más sencillo, fácil de realizar y que apenas te ocupará una parte mínima de tu tiempo diario y, si eres arriesgado y no sólo quieres conseguir un mejor sueldo o cualquier cantidad de dinero más o menos modesta para tus necesidades, y quieres ser sencillamente millonario, quizás tengas que invertir algún dinero, echar mano de tus ahorrillos, etc., para ese proyecto que tienes en tu cabeza y que te gustaría poner en marcha algún día.

* * *

Según Robert Kiyosaki, en su obra *El cuadrante del flujo del dinero* y otros, hay cuatro formas de manejarse en la vida con respecto a los dineros y son: **E** de Empleado, **A** de Autónomo, **D** de Dueño del negocio (empresario) e **I** de Inversor.
De las dos primeras maneras es difícil hacerse millonario, si no imposible; las otras dos sí dan muchas posibilidades de conseguirlo. Entonces, según la edad que tengas, te convendrá más enfocarte en un cuadrante o en otro de los de hacerse rico, porque si no, deberás pensar en los otros.
Cualquiera de ellas te dará dinero, pero sólo las dos últimas te podrán hacer verdaderamente millonario, como él se hizo y, por tanto, pudo

retirarse a la edad de 47 años, según cuenta en *Retírate joven y rico* y otros libros suyos.
A partir de ahí, empezó una nueva vida creando juegos y escribiendo libros muy interesantes acerca de todo lo que sabía sobre economía y finanzas (ver bibliografía).
Independientemente de lo que él diga, yo considero que una persona jubilada, por ejemplo, ya no desea ponerse a trabajar a las órdenes de nadie, ni ponerse de autónomo, ni montar una empresa, de manera que lo más apropiado para él será hacerse inversionista.
Hay algo, no obstante, que este fenómeno de las finanzas, no cuenta en sus libros y que es precisamente de lo que vamos a tratar en este. Digamos que es muy interesante leerle, y entretenido, porque es muy orientador, además de ameno, pero hazme el favor de leerlo después de haber terminado de leer este mismo que tienes en las manos ahora mismo. Incluso puedes retrasar la lectura de Kiyosaki para después de que te hayas convertido en millonario tú mismo.
Porque tan importante es hacerse rico como mantenerse en ello. Te recomiendo que empieces por *Padre rico padre pobre*. No viene mal orientarse bien.
Dicho esto, debo añadir lo siguiente: la **buena suerte**, como es lógico, no sólo se puede enfocar hacia el dinero, sino también hacia cualquier otro objetivo que se desee, siempre y cuando éste no sea dañino para otra persona o contra su voluntad, porque, si no, se nos puede volver en contra nuestra.
No olvidemos tampoco que si bien con el dinero se pueden conseguir muchísimas cosas, no es útil para otras. Un tal Colton decía que "el más pobre cambiaría su salud por las riquezas, pero el más rico daría todas las suyas por un poco de salud". Quizás tú hayas conocido también casos así, como yo.

2. Qué es el dinero

El dinero es libertad acuñada. Dostoyevski

El dinero es mejor que la pobreza,
aunque solo sea por razones financieras.
WOODY ALLEn

Algún dinero evita preocupaciones;
mucho las atrae; muchísimo,
convierte a la familia en un infierno.
CONFUCIo

Yo creo que, por decir una gracieta, Woody Allen, dijo una tontería; y Confucio se confundió, pues no tenía muy claro lo del dinero, o es que estaba sin "pelo ni pluma" o, lo que es lo mismo, sin un fen de yuan ni para llegar a fin de mes, o bien era muy negativo con respecto a él, o

estaba muy confuso y difuso, de ahí su confusión, cuando dijo eso. ¿Tú qué crees?
El dinero, me supongo, va a ser el primer objetivo de tus "peticiones" de **buena suerte**, por eso te conviene saber algo de él, como dónde se esconde, por ejemplo, porque se esconde.
Victor Boc (ver luego) se pregunta en *Cómo resolver para siempre todos sus problemas de dinero:* "¿Qué es el dinero?
Normalmente, cuando la gente piensa en el dinero, no piensa en su significado simple y real, sino en cómo conseguirlo, cómo gastarlo y cómo conservarlo.
La mayoría de la gente pasa mucho tiempo pensando en el dinero sin ni siquiera pensar lo que verdaderamente es".
Richard Templar ha escrito varios libros de autoayuda pero nos vamos a detener en uno de ellos para saber cómo opina este autor sobre qué es el dinero, se llama *The rules of Wealth (Las reglas de la riqueza),* y se divide en cinco secciones:

1. **Pensar en el dinero**: donde invita a quitarnos todos los prejuicios sobre el dinero, como, por ejemplo, que sólo se hace rico uno siendo mala persona…
2. **Hacerte rico**: en esta sección te ayuda a analizarte a ti mismo para reconocer en qué punto te encuentras en tu carrera hacia la independencia financiera.
3. **Incrementar la riqueza**: donde te da una serie de consejos para que una vez vayas acumulando riqueza la hagas crecer de forma constante.
4. **Conservar la riqueza**: donde te enseña a cómo conservar el dinero, disfrutarlo sin despilfarrar y protegerte de vicisitudes que pueden llevar todo tu esfuerzo al garete.
5. **Compartir la riqueza**: en donde te invita compartir el dinero que vas ganando, para no ser un desdichado avaro.

Extracto de 20 de las 100 reglas de la riqueza:

Decide para qué quieres el dinero, para qué quieres ser rico.
Debes saber dónde estás antes de arrancar.
Decide para qué quieres el dinero, para qué quieres ser rico.
Debes saber dónde estás antes de arrancar.
Debes saber cómo piensa el rico.
No intentes hacerte rico demasiado rápidamente.
Haz que tu dinero trabaje para ti.
No lo gastes antes de haberlo ganado.

Haz que tu dinero trabaje para ti.
Es más difícil gestionarse a uno mismo que gestionar dinero.
El control de los pequeños gastos no te hará rico, pero la ausencia de control puede hacerte pobre.
Dedica una parte de tu tiempo a planificar tu estrategia.
Debes saber cuándo salirte de una inversión.
Cualquiera puede hacer dinero (no hay factores previos discriminatorios o selectivos.
No envidies lo que otros tienen.
Solo pareciendo rico llegarás a ser rico.
Nunca es demasiado tiempo para empezar a prosperar.
Entiende que trabajando para otros no te harás necesariamente rico, aunque es posible que sí.
No creas que siempre vas a ganar.
Gasta menos de lo que ganas.
Trabaja como si no necesitaras el dinero
Mucha gente es muy perezosa para ser rica.

* * *

Donde más dinero hay, supuestamente, es en los bancos, dirás. Aunque eso no siempre es así, dado que allí, si bien se manejan billetes y monedas que es lo que mejor refleja el dinero, sin embargo, lo que más hay allí son apuntes de dinero, o sea, cifras y más cifras de un supuesto dinero, de unos supuestos billetes y monedas, que en realidad el banco no tiene a mano, ni tampoco en su caja central.
Los bancos modernos son como templos[36], y algunos como catedrales. Ya empieza a estar un tanto lejos la imagen esa tan divulgada del bancario, con manguitos o sin ellos, dentro de una pecera de cristal contando billetes y más billetes. Cuando uno entra en uno de estos templos del dinero, la atmósfera es semejante a la de una iglesia, sólo le falta el olor a incienso y cera. Abres la pesada puerta de la calle, como en los templos, y te encuentras en el atrio, en donde debes despojarte de aquellas cosas inconvenientes en un templo de estas características (pistolas, navajas, etc.).
Pasas a la pila bautismal, o torno monacal, si prefieres llamarlo así, y tras cerrarse tras de ti la puerta, entras, ya limpio de ovo y paja, purificado, en el *sancta sanctorum*. El silencio allí es “temploral”, como mucho se bisbisea, nadie habla alto, ni, por supuesto, da voces. A un lado verás espacios acotados en donde un oficiante y un parroquiano sentados frente a una mesa, cuchichean sin parar, son los confesionarios.
El pecador da cuenta de sus pecados monetarios, sus carencias, sus problemas, en fin, de todo; y el oficiante le da, o no, al final, la

“solución” y la penitencia a realizar en los 40 años siguientes; y es que ha dicho que tiene una hipo… ¿te qué?, que no… no puede más.

Al otro lado hay unas puertas misteriosas que a veces se abren y a veces se cierran. Por allí entran y salen personajes que uno imagina que serán sacristanes, obispos, etc., pero no, son bancarios; nunca el banquero[37] más bancario de todos, el principal, ya que ese siempre trabaja en otra parte, quizá en un campo siempre verde metiendo la mano en unos agujeros de los que nunca salen topillos ni nada parecido, solo bolas blancas como huevos redondos, porque igual es del club de los “golfos”. A veces, puedes ver incluso salir por esas puertas a una señora con un cubo y una fregona. Y es que hay algunos clientes… a los que los bancos les producen la enfermedad de Crohn, algo muy incómodo de llevar.

Enfrente y al fondo, está el altar, justo a la altura conveniente de los brazos, frente a él hay que estar de pie, tanto para dar como para recibir o, por si hay que salir corriendo. Y al otro lado de ese altar, y enfrente del parroquiano, está el oficiante mayor. Este señor es el funcionario custodio de la custodia. Ya no utiliza manguitos, ni siquiera dedales de goma, ni tampoco se chupa el pulgar para contar papelitos. Los cuenta un cepillo automático, esa maquinucha que en un pispás te cuenta y te canta un millón de lo que sea, y, a continuación te lo da a ti o lo embucha en esa custodia hermética que siempre tiene pegada a sus ancas o cartucheras.

Pero ¿qué son esos papelitos que cuenta el cepillo mecánico? Si te fijas en los ojos de los parroquianos que allí están esperando su turno, te darás cuenta de que están como desorbitados, o sea, fuera de sus órbitas oculares naturales, casi se les ve salirse e ir botando al encuentro de esos papelillos abanicados por el cepillo que los cuenta a toda pastilla. Un millón, dos millones… ¡Quién sabe cuánto habrá ahora mismo ahí encima! ¿Por qué no estará en mi bolsillo? Se preguntan todos los presentes del altar para fuera. Pero ¿qué son esos papelillos que producen tanta fascinación? Todo el mundo lo sabe, es el dinero. ¿Y qué es el dinero? El dinero equivale a eso que tú te imaginas y que solo hay en las iglesias. No me gusta ser irreverente, pero esta es la realidad que tenemos, la religión universal que se ha impuesto por doquier.

Ya lo dice Boc: “En ningún lugar, ni siquiera en las iglesias, la gente se comporta tan moderadamente como en el banco”.

Y si lo miramos fríamente, el dinero es sólo una entelequia[38], no es nada. “Una ilusión masiva”, como dice David Cameron Gikandi. Se inventó para facilitar el intercambio de bienes. Pero el dinero no es nada, es papelote y chatarra. Incluso las monedas más pequeñas, los céntimos del euro son pura hojalata, prueba a pasarles un imán por

encima. Se pegan. No valen ni lo que cuestan. Dentro de poco, todo el dinero solo serán números en una pantalla. En cuanto se apague esta, el dinero no lo busques más. Nadie sabrá dónde está.
El polímata expresidente de EUA, Thomas Jefferson, decía que "el papel moneda no es más que pobreza, no es ni siquiera la sombra del dinero, ni, por tanto, del dinero mismo".
Finalmente, en la *Kabbalah del dinero*, se afirma que el dinero nace de la confianza en que una moneda hecha de un pobre metal y de un cierto peso garantizaba el mismo valor real que el pollo por el que había sido intercambiado. Un poseedor de monedas, ciertamente podía no consumirlas para su propia supervivencia como podía hacer con un pollo, pero sabía que tenía algo de idéntico valor. Con el tiempo, empezamos a confiar en el mercado hasta tal punto que fue posible sustituir las monedas valiosas (por haber pocas) por monedas que no tenían el más mínimo valor.
El papel y los metales inferiores, aparte de no tener el valor nutritivo de un pollo, ni siquiera tienen el mismo valor nominal. Estas monedas prometían diez, cincuenta o cien unidades de pollo, pero no las valían.
Pero ¿por qué digo esto del dinero, que en definitiva es lo que más deseamos poseer todos?
Por la siguiente razón: cuando más adelante te enseñe a hacer afirmaciones y a enfocarte en lo que deseas para conseguirlo, si lo que tienes en mente en primer lugar, como imagino, es el dinero, no tienes que hacerlo por lo que el dinero es en sí mismo, sino por lo que él representa, por lo que él te puede procurar.
Más claro, cuando emplees el método que desees de los que expongo más adelante, para conseguir dinero, no te enfoques tanto en la entelequia, en la chatarra, en el papelote, como en aquello que este significa, es decir, con lo que con él puedes hacer.
Es cierto que el dinero es una forma más de energía (como dice Assaraf en el documental y libro *El Secreto)* y, como tal, se puede enfocar y manifestar en tu bolsillo o en tu cuenta corriente, como cualquier otro objeto de tu deseo, pero no es menos cierto que es más poderosa la energía que se desprende de una casa, un automóvil, un reloj de oro, etc., que la del montón de billetes con los que los vas a pagar. (Anota lo de "enfocar" y "manifestar", porque son palabras muy importantes que nos saldrán más veces aquí).
Fíjate lo que decía el escritor francés Alexandre Dumas, padre (1802-1870): "No estimes el dinero en más ni en menos de lo que vale, porque es un buen siervo y un mal amo".
Dicho esto, no puedo dejar de repetir lo que dice David Icke sobre el dinero. Este experiodista de la BBC es hoy un francotirador de la comunicación que merece la pena leer para conocer algo más de los entresijos de muchas de las cosas que nos ocurren a los humanos de

todo el mundo, por culpa de quienes lo manejan sin piedad ni rubor algunos[39].
Dice sobre el dinero:

> Es una fuerza teórica que no existe, que nunca ha existido y que nunca existirá, excepto en teoría en pantallas de ordenador. La gente muere de hambre porque no tiene bastantes dígitos en el ordenador. Es increíble, extraordinario y grotesco, pero desafortunadamente cierto. Los bancos prestan un dinero que no tienen y lo llaman crédito, al que sacan buena rentabilidad. Negocio perfecto.

Ya bien adelantada la redacción de este libro, aparece uno titulado el *Código del dinero,* de Raimon Samsó. No voy a entretenerme en él, sólo referirlo y destacar su afirmación de que "el dinero se empieza a crear en la mente" y "cuando no necesitas dinero de un modo apremiante es mucho más sencillo crear riqueza. Cuando lo necesitas inmediatamente, tu poder se reduce y todo lo que puedes hacer es trabajar por dinero".

3. Tu actitud ante el dinero

Con el dinero sucede lo mismo que con el papel higiénico,
cuando se necesita, se necesita con urgencia
UPTON SINCLAIR

Si alguien desde la más tierna infancia, incluso desde la vida prenatal, a través de la triste sinfonía de pensamientos y palabras de carencias de la madre, que resuenan en el cerebrito del nonato, o en el del ya nacido, percibe, capta u oye una y otra vez toda esa retahíla de secuencias carenciales propias de la madre, y otras veces incluso del padre o de otros miembros de la familia, o incluso de sí mismo como posible o presunto culpable de algunas o de todas esas carencias, se puede decir que esa personita ya queda marcada lamentablemente, y de por vida, a un vivir carencial, si en algún otro momento de su vida no pone remedio.
Este libro pretende, humildemente, salirle al paso precisamente a esa involución.
Armando Ortega (no confundir con Amancio Ortega, empresario español), del que luego hablaremos, dice en su libro *Los secretos del éxito y la riqueza* algo tan significativo como:

> El resultado real de un programa de educación personal es la apertura de la mente, la capacidad de escuchar y evaluar puntos de vista diferentes, la capacidad de evaluar lo que se nos inculcó de niños para sacar de nuestra mente todo lo que son mentiras, engaños, programación negativa, principios éticos humillantes, tradiciones inventadas y creencias basura. Esta madurez intelectual se pone a prueba cuando uno tiene que hablar de política, de filosofía o de religión y cuando, al hacerlo, es capaz de escuchar atentamente y responder sin gritos y sin argumentos infundados. No es fácil hacerlo. Y el tener un título

universitario no es garantía de que una persona sea madura, lógica o equilibrada emocionalmente.

El individuo maduro, intelectual y emocionalmente, es capaz de poner en la balanza de la razón todo lo que cree y lo que piensa, independientemente del destino a que tal búsqueda le lleve. Los inmaduros ponen la historia, la ciencia y el pensamiento racional al servicio de ideas y conceptos obsoletos e irracionales.

Los inmaduros todavía creen en Santa Claus, los fantasmas, el destino, la suerte, la providencia, los milagros, la reencarnación, la resurrección, la parapsicología y los espíritus.

T. Harv Eker también lo señala de la siguiente manera: "A cada niño se le enseña cómo pensar acerca del dinero y cómo actuar en relación con él... Esas enseñanzas se convierten en condicionamientos, que a su vez se convierten en reacciones automáticas, que le dirigen luego el resto de su vida".

"¿Cómo estamos condicionados?":

¿Qué oías de pequeño? = Programación verbal.

¿Qué veías de pequeño? = Modelos de referencia.

¿Qué experimentaste de pequeño? = Incidentes concretos.

Todas las afirmaciones que oíste, viste o experimentaste de pequeño sobre el dinero, permanecen en tu subconsciente como parte del patrón que rige tu vida económica.

Por su parte, Helena Hadsell nos dice también:

En el pasado si pensabas: "yo no", cámbialo a: "¿y por qué yo no?". Modifica la frase "no puedo" a "sí puedo".

Podría escribir varias historias sobre los conceptos erróneos que las personas tienen debido al entorno, las creencias religiosas, los sentimientos de culpa y los pensamientos preestablecidos. No es mi intención condenar su forma de pensar, pero lo que digo es que, si ellos han alcanzado un punto "sin retorno" y buscan opciones, deben considerar la idea de cambiar sus métodos y para lograrlo, es necesario modificar el pensamiento.

A veces la actitud ante el dinero, consciente o inconsciente, es tal que se manifiesta en forma de patología: la crometofobia, y si es hacia la riqueza en general, tenemos la plutofobia.

4. El éxito y el fracaso

La palabra éxito tiene su raíz en la latina "exire", o sea, salir; por tanto, tener éxito no significa nada más que salir de algo; tal como lo define la Academia de la Lengua, esa salida sería la del final de algo que ha resultado bien y se ha alcanzado el fin propuesto. Uno puede tener éxito en la vida en miles de asuntos, buenos o malos, porque en

realidad son propósitos y estos pueden ser de cualquier clase.
De manera que si uno quiere ser pobre porque su cabeza no da para más de sí, o simplemente por convicción, y lo logra, será alguien exitoso. Ha encontrado la salida... hacia abajo. Pero la mayoría de la gente lo que quiere es la salida hacia arriba... por eso siempre se pinta al exitoso –más o menos figuradamente– en lo alto de una escalera, de un tigre, de un monte, de un banco, de una empresa, de un país, etc.

Quizá quien mejor describe las claves del éxito sea el Maestro Fénix que, en uno de sus cursos, dice que "las personas 'normales' suelen creer que los millonarios son 'personas con suerte', a las que 'todo les sale bien'. Y eso es mentira. Cualquier millonario se enfrenta cada día a muchos más problemas que cualquier persona corriente. La diferencia está en que el millonario posee estrategias mentales que le permiten triunfar donde la persona 'normal' fracasaría".
Las personas de éxito disponen de un mínimo de quince Estrategias Mentales. Las personas 'pobres' disponen de sólo tres Estrategias Mentales.

El primer paso a la hora de alcanzar el éxito es:

1. Tener unos objetivos precisos, claros y definidos.
2. Tener fe en el éxito.
3. Saber enfrentarse a los problemas.

"La persona que tiene una mente programada para el éxito, no importa qué circunstancias viva, que lo alcanzará".

Estos son los tres pasos del fracaso:

1. Fracaso por no intentarlo. No saber lo que se quiere.
2. Fracaso por parálisis. Por los problemas y dificultades.
3. Fracaso por abandono. Por un sentimiento de decepción.

Esto podríamos ilustrarlo con el ejemplo clásico del filósofo danés Sören Kierkergard (1813-1855) que en su obra *O lo uno o lo otro*, relata sus propios problemas de indecisión o actuación en todo; tan es así que ni siquiera llegó a casarse, ni a publicar nada en vida.
Su novia Regine, al final se fue con otro. Y él, cuando volvía de cobrar la última pensión de lo que le dejó su padre para que pudiera vivir "hasta situarse", se desmayó en plena calle y al poco murió, ¡a los 42 años!
Decía Sancho Panza en *El Quijote:* "Tanto vales cuanto tienes, y tanto tienes cuanto vales. Dos linajes solos hay en el mundo, como decía una agüela mía, que son el tener y el no tener, aunque ella al del tener se atenía; y el día de hoy, mi señor don Quijote, antes se toma el pulso al haber que al saber: un asno cubierto de oro parece mejor que un caballo enalbardado".
Y el supuesto inventor de la bombilla, Edison, decía: "Las personas no son recordadas por el número de veces que fracasan, sino por el número de veces que tienen éxito".
El filósofo americano, Ralph Waldo Emerson, también decía que "el éxito consiste en obtener lo que se desea". Y el político Winston Churchill, que "el éxito es aprender a ir de fracaso en fracaso sin perder el entusiasmo".
Asimismo el político y escritor Benjamin Disraeli, que "El Secreto del éxito es la constancia en el propósito".
Bien, son citas que nos sirven para orientarnos en lo más importante, que es exactamente saber lo que queremos y en lo que, a partir de ahora, nos tenemos que orientar claramente.
Jack Canfield (de *El Secreto*) es un especialista sobre el éxito y lo expone en *Los principios del éxito* (ver luego), también Deepak Chopra con *Las 7 leyes espirituales del éxito*, a ellos me remito.

5. Sobre el pensamiento

El pasado de todo acto es un pensamiento.
RALPH WALDO EMERSON

Todo lo que somos es el resultado de nuestros pensamientos.
BUDA

Esta palabra, **pensamiento**, que ya hemos empleado algunas veces antes en el sentido que le vamos a dar aquí, la vamos a ver muchas

más veces, ya que es muy importante, tanto como que constituye el núcleo del tan señalado secreto de *El Secreto*.

Debemos por tanto saber qué significado le vamos a dar aquí. El filósofo y matemático René Descartes (1596-1650) destrozó de un plumazo y con una sola frase de tres palabras el verbo del que deriva la palabra *pensamiento*: "**Pienso, luego existo**" (que es lo único que sabe de este personaje la mayoría de la gente), o sea gran parte de nuestra cultura occidental, con unos resultados que casi 4 siglos más tarde... y lo que queda, todavía se hacen sentir. O sea, las personas pensamos, vale, y los animales también, vale, pero ¿y las plantas y las piedras… piensan y, por ello, existen? ¿O existen, a pesar de no pensar? Las piedras no tienen órganos, luego por mucho que queramos, nunca lograrán pensar. ¿Podremos dudar de su existencia pues, si esta la basamos en su capacidad de pensar? No nos precipitemos, las pidras, como cualquier otra cosa en la Naturaleza, también tienen átomos y, por tanto, como veremos más adelante (pág. 127): "las partículas subatómicas toman decisiones", según la Física Cuántica. ¿Es entonces esto ya pensar?, o ¿hay que esperar al otro vagón?

Con su división de todas las sustancias en "pensantes" y "extensas", Descartes introdujo en la conciencia occidental todo un ejército de graves errores sobre la naturaleza humana. Esta división del mundo circundante implicaba varios absurdos que Descartes hubo de aceptar:

1. La negación de la naturaleza psíquica a todas las plantas y animales;

2. La explicación de la "aparente" alma animal y vegetal, que todas las épocas anteriores a él habían tomado por realidad, mediante una "proyección" antropopática de nuestros afectos vitales en las formas externas de la naturaleza orgánica; y

3. La explicación puramente "mecánica" de todo lo que no es conciencia o pensamiento humano. La consecuencia de esto no fue solo exacerbar del modo más absurdo la singularidad del puesto que ocupa el hombre, arrancándolo a los brazos maternales de la naturaleza, sino que la fundamental categoría de la vida y sus fenómenos primarios fueron borrados del universo de un sencillo plumazo. El universo se compone para Descartes (matemático él metido a filósofo) solo de puntos pensantes y de un poderoso mecanismo que debe ser investigado geométricamente. En esta doctrina hay una sola cosa de valor: la nueva autonomía y soberanía del espíritu y el conocimiento de su superioridad sobre todo lo orgánico y meramente vivo. Lo demás es el mayor de los errores.

Hoy podemos decir que el problema del alma y el cuerpo, que ha puesto en tensión a tantos siglos, ha perdido su rango metafísico para nosotros. Los filósofos, médicos y naturalistas que se ocupan de esta

cuestión, convergen cada vez más en la unidad de una concepción fundamental.

Que no existe un alma sustancial, localizada en un punto determinado –glándula pineal, como admitía Descartes– se comprende por el simple hecho de no haber en el cerebro, ni en ninguna otra parte del cuerpo humano, un lugar central en que confluyan todos los nervios sensibles y se encuentren todos los procesos nerviosos. Pero aún hay, en la doctrina cartesiana, otra tesis radicalmente falsa: la de que lo psíquico consiste solo en la "consciencia"[40] y está ligado exclusivamente a la corteza cerebral.

Pensar es quizá la más alta de las facultades de la mente humana. De esta actividad humana sale lo que somos, lo que tenemos, el mundo en que vivimos, etc.

El acto de pensar es el que más nos desemeja de los animales. El pensar posee en el humano una potencialidad totalmente desconocida en los animales, que aún siendo pensantes, no logran trascender unos límites fijos, concretos y determinados y siempre en función de sus necesidades más básicas. La especulación animal no es mental, sino emocional y sensitiva, propias del cerebro primario.

El pensar humano implica un nivel mucho más alto, no sólo de inteligencia, sino también de imaginación, abstracción, especulación, creación, generalización, ensayo, desarrollo, etc.

Desgraciadamente la Psicología del siglo XX se ha enfocado más en el estudio de las conductas (Conductismo) y los mecanismos básicos y profundos por los que se elabora el conocimiento, desde la percepción, la memoria y el aprendizaje (Cognitivismo), es decir, lo que más nos asemejamos a los animales, y denigrando descaradamente nuestra capacidad pensante, todo por parecer más científica. Esto ha hecho que se haya estudiado al ser humano como lo más parecido a como se estudia a un mono.

Un mono, un perro o un pulpo podrán acertar la lotería o lo que sea, no cabe duda de que pueden, pero... ni siquiera sabrán que lo han hecho y, aunque lo supieran, ¿para qué les iba a servir?

El pensamiento, por tanto, es lo que más da al ser humano la singular identidad personal que posee y, sin embargo, qué poco respeto se le ha tenido en la Psicología. He buscado algún tratado serio y profundo que me ilustrara acerca del pensamiento "desde otro punto de vista" y la verdad es que no hay mucho en donde escoger. Sólo dentro de la Filosofía hay cierta cordura. El delicioso tratado del doctor Cencillo, *Pensar y crear pensando*, es lo mejor que he podido encontrar, es estupendo en este sentido.

Dice, por ejemplo: "Aunque no es la primordial, sino que la más prioritaria actividad humana es la praxis, fue a este efecto cómo hubo el hombre de comenzar a pensar mínimamente. A su vez la praxis está

movilizada por el deseo, y obedece al mismo".
"No sería exacto decir que el hombre es un ser pensante o racional, sino que es un ser practicante. Crea por instinto".
Hay muchas otras maneras de definir lo que es el pensar y el pensamiento. La Wikipedia, por ejemplo, lo define como:

> "La actividad y creación de la mente; dícese de todo aquello que es traído a la existencia mediante la actividad del intelecto. El término es comúnmente utilizado como forma genérica que define todos los productos que la mente puede generar, incluyendo las actividades racionales del intelecto o las abstracciones de la imaginación; todo aquello que sea de naturaleza mental es considerado pensamiento, bien sea éste abstracto o racional, creativo, artístico, etc.
> Para muchos tratadistas el pensamiento estratégico de una institución es la coordinación de mentes creativas dentro de una perspectiva común que les permite avanzar hacia el futuro de una manera satisfactoria para todo contexto".

Todo esto está muy bien, pero creo que quien nos da más razón adecuada y convincente para nuestro objetivo es el Dr. **Frank Kinslow**, que lo expone en su maravilloso librito *La Curación Cuántica.* Allí nos habla de cómo el pensamiento nace de la Consciencia Pura como una burbuja de agua del fondo de un estanque y va ascendiendo hasta que estalla al alcanzar el nivel mental consciente. Y continúa diciendo que "cada pensamiento cuenta con una emoción y una vibración sensorial dominantes".
De las diferentes clases en que se ha dividido el pensamiento, me gustaría señalar aquí la del *Pensamiento sistémico,* que es una visión compleja de múltiples elementos con sus diversas interrelaciones. Sistémico deriva de la palabra sistema, lo que nos indica que debemos ver las cosas de forma interrelacionada.
Termino esta disertación con una frase que muchos de los maestros de la **buena suerte** no dejan en el tintero y que nos conviene, por tanto, tener en cuenta, y es que: "nuestro organismo (y también nuestro inconsciente) no distingue entre un proceso químico y el pensamiento de ese proceso químico".

6. Pensamiento positivo – Pensamiento negativo

Es imprescindible conocer el pensamiento positivo y distinguirlo del negativo para atraer la **buena suerte**, pero para ello es necesaria una limpieza mental del inconsciente de pensamientos negativos. Nadie mejor que Napoleon Hill para explicarnos el valor del pensamiento positivo o negativo.
En *Piense y hágase rico,* dice sobre el desastre del pensamiento negativo:

Las vibraciones del temor pasan de una mente a otra con la misma rapidez y seguridad con que el sonido de la voz humana pasa de la emisora de radio al receptor.

La persona que expresa los pensamientos negativos o los destructivos mediante las palabras puede estar casi segura de experimentar los resultados de esas mismas palabras en forma de "retrocesos" destructivos. La emisión de impulsos de pensamiento destructivo también produce, por sí sola, sin ayuda de las palabras, un "retroceso" que se pone de manifiesto en muchas formas. En primer lugar, y quizás esto sea lo más importante a recordar, la persona que emite pensamientos de naturaleza destructiva tiene que sufrir un grave daño como consecuencia del desmoronamiento de la facultad de la imaginación creativa.

En segundo término, la presencia de cualquier emoción destructiva en la mente, desarrolla una personalidad negativa que repele a los demás y que, a menudo, los convierte en antagonistas. La tercera fuente de daño para la persona que tiene pensamientos negativos o que los emite, radica en el hecho significativo de que esos impulsos de pensamiento no sólo son nocivos para los demás, sino que impregnan el subconsciente de la misma persona que los emite, y terminan por llegar a formar parte de su propio carácter.

Su empresa en la vida es, presumiblemente, alcanzar el éxito. Para conseguirlo, debe encontrar la paz mental, adquirir los materiales necesarios para la vida y, por encima de todo, alcanzar la felicidad. Todas estas evidencias de éxito empiezan en forma de impulsos de pensamiento.

Usted puede controlar su propia mente, dispone usted del poder para alimentarla con aquellos impulsos de pensamiento que prefiera. Con este privilegio también va la responsabilidad de utilizarlos de forma constructiva. Usted es el dueño de su propio destino terrenal, de la misma forma que tiene el poder para controlar sus propios pensamientos. Usted es capaz de influir, dirigir y controlar su propio ambiente, haciendo que su vida sea aquello que usted desea; o bien puede descuidar el ejercicio de ese privilegio, que es exclusivamente suyo, para que su vida se encuentre sometida y, por lo tanto, a merced de las "circunstancias", que le arrojarán de un lado a otro, como si fuera una tabla a merced de las olas del mar.

El subconsciente no distingue[41] entre impulsos de pensamiento positivos y negativos. Trabaja con el material que le suministramos, a través de nuestros impulsos de pensamiento. El subconsciente traducirá en algo real un pensamiento regido por el miedo con tanta facilidad como transformaría en realidad un pensamiento regido por el coraje, o por la fe.

Tal como la electricidad hace girar las ruedas de la industria, y rinde servicios útiles, si se la emplea correctamente, o acaba con la vida si se hace mal uso de ella, así la ley de la autosugestión nos conducirá a la paz y la prosperidad o nos arrastrará hacia el valle de la miseria, el fracaso y la muerte, de acuerdo con el grado de comprensión y aplicación que tengamos de ella.

Si uno se llena la cabeza de miedos, dudas y desconfianza en su capacidad para conectar y usar la fuerza de la Inteligencia Infinita, la ley de la autosugestión adoptará ese espíritu de desconfianza y lo usará como patrón mediante el cual el subconsciente lo traducirá en su equivalente físico.

La ley de la autosugestión, que puede elevar a cualquier persona a niveles asombrosos de realización, queda bien descrita en las siguientes afirmaciones:

Si piensas que estás vencido, lo estás.
Si piensas que no te atreves, así es.
Si te gusta ganar, pero piensas que no puedes, es casi seguro: no ganarás.

Si piensas que perderás, estás perdido, pues el mundo nos enseña que el éxito empieza en la voluntad del hombre…

Todo está en el estado de ánimo Si piensas que eres superior, lo eres.

Has tenido que pensar alto para ascender. Has tenido que estar seguro de ti mismo antes de ganar ningún premio. Las batallas de la vida no siempre favorecen al hombre más fuerte o al más rápido, pero tarde o temprano el hombre que gana es el hombre que piensa que puede!

Pero nuestros pensamientos, tanto si son positivos como si son negativos, también influyen en los demás, en los que nos rodean, incluso en los que habitan lejos de nosotros. Hay algo, una energía más bien dicho, que emana de ellos, que pueden afectar incluso a la fisiología de los demás. La comprobación efectiva la encontramos en la Kinesiología[42]. Así, pones a una persona con los ojos cerrados y procurando mantener la mente limpia, de pie y con un brazo levantado y en paralelo con el suelo y de espaldas a un grupo de gente y, a unas señales –pulgar arriba, pulgar abajo, por ejemplo– que la persona no pueda ver, le dices a la gente que mande pensamientos negativos a esa persona, al tiempo que tú, con la mente clara también, presionas sobre su brazo y observas cómo el brazo cede sin problemas. El sujeto ha sido influido por los pensamientos negativos de la gente y ha perdido energía en su brazo y no puede hacer fuerza para evitar que se lo bajes. Si, por el contrario, la gente le manda pensamientos positivos, agradables, etc., el brazo resistirá la presión de tu mano.

La conclusión a todo esto es obvia. La energía de nuestros pensamientos influye en los demás. Siendo así, ¿cómo no habría de influir en nosotros mismos? Si nos pasamos la vida quejándonos de todo y de todos, si a todo le encontramos defectos, si todo está mal hecho para nosotros, si el gobierno no sabe lo que hace, si no me alcanza el sueldo ni para llegar a fin de mes, si la vida está muy cara, ¡cómo voy yo a encontrar trabajo con el paro que hay!, si me duele aquí o allá, si algunos vecinos no pagan la comunidad, si el alcalde es un imbécil que no ve cómo me tiene la calle de baches... O sea, un no vivir constante en la negatividad. Así jamás nos llegará la prosperidad, porque nuestra energía no sirve ni para cargar a una luciérnaga. Cambia el *chip* y tu energía empezará a aumentar y entonces podrás ponerte en el punto de mira de la buena suerte.

No olvidemos tampoco que en la base de la negatividad está la baja autoestima y, por ello, este sería un asunto a tratar antes.

7. Gafe – Pesimista – Cenizo

En un libro sobre la **buena suerte** no se puede dejar de hablar sobre este tipo de cenutrio.

He ojeado y también hojeado, cuando no leído detenidamente, cientos de libros y jamás me he encontrado con ninguno que trate amplia y expresamente sobre este personaje. Lo más parecido que recuerdo serían las *Cartas de un hipocondríaco a su médico de cabecera*, del humorista español Chumy Chúmez (1927-2003), así como *El enfermo imaginario,* del dramaturgo francés Molière (1622-1673). Como curiosidad, entre la gente del gremio, se suele decir que en el teatro trae mala suerte vestirse de amarillo, ya que Molière sufrió un desvanecimiento estando en el teatro representando esa obra suya vestido de ese color, y falleció de verdad poco después de que lo trasladaran a su casa.

En sentido contrario y dentro de la escena y la farándula, nos encontramos con la expresión "mucha mierda" con el significado de **buena suerte**, por el hecho de que, si había mucha caballería a las puertas del teatro, eso suponía que había muchos espectadores dentro.

En el libro del profesor Pancracio Celdrán *Inventario general de insultos,* se puede leer una amplia información sobre este personaje:

Gafe, Gafo, Cenizo; persona que atrae sobre los demás mala suerte y adversa fortuna. El término procede de la voz árabe 'qáfa', que alude a la mano del leproso, con sus dedos doblados y contraídos. Utiliza el término en el siglo XIII el anónimo autor del *Llibre dels Tres Reys d'Orient,* con el significado de leproso:

> Ven fijuelo que hauía, que parí el otro día
> afelo allí don jaz gafo
> por mi pecado despugado.

Fue voz muy ofensiva en la Edad Media, en parte porque en el siglo XI se comenzó a confinar a estos enfermos en lazaretos, siendo el primero de ellos creación de El Cid, en la ciudad de Palencia, hacia 1067. Los leprosos, que anunciaban mediante esquila o campanilla su presencia, tenían prohibido frecuentar los caminos reales, entrar en poblado o pedir limosna, ya que se pensaba que sus voces emponzoñaban el aire. Alfonso X el Sabio, en *Las Siete Partidas* (mediados del siglo XIII), equipara este insulto a los de 'cornudo, traidor o hereje'. El mismo rey ordenó que se crease en Sevilla una casa 'donde fuesen recogidos los gafos, plagados y malatos'. La simple visión de uno de estos enfermos se decía que traía mala suerte y, para contravenirla, se cruzaban los dedos índice y corazón, formando con ambas manos una cruz de San Andrés, contra el gafe o contagio de la gafedad[43].

El leproso gafaba; respirar el aire por donde había pasado traía malas consecuencias. Pasado el momento crucial, y habiendo cedido el número de casos de lepra, subsistió sin embargo el recuerdo de su horror. La voz 'gafo' o 'gafe' siguió empleándose, aunque desvirtuándose, y colándose en el ámbito de su antiguo uso,

supersticiones y prácticas mezcladas con viejas nociones y rituales de brujería utilizados para contravenir el aojamiento. Así, del enfermo de lepra, o gafo, se pasó al concepto del cenizo, echándose mano de la 'jettatura' (entrecruzamiento de dedos índice y corazón de ambas manos, como hemos visto), en imitación del aspecto que ofrecían las manos del leproso, encorvadas, encogidas o en forma de gancho, con el propósito de conjurar el mal. Eso es lo que en última instancia significa el término gafo o gafe: 'gancho', 'encorvadura'». Hoy día apenas se ve este gesto, pero los que tenemos cierta edad sí lo conocemos bien.

También se habla en esta obra del habla andaluza *malange* o *malaje*, con un significado cercano y semejante al de gafe: "persona que tiene mala estrella o mala ventura, y cuya compañía se consideraba nociva, por ser maleficio contagiable"; y un poco menos al del malapata, malasombra, mal fario (fario significa suerte) y calamidad. Igualmente habría que añadir el dicho "tener una suerte negra".

En el caso de la gafedad que nos ocupa, ¿cómo se puede saber si uno es gafe o le han contagiado la gafedad? Muy fácil: si alguna vez te has encontrado dándole vueltas y vueltas a un tema negativo o a un problema, sin que le estés buscando solución, sino porque sí, tú estás gafado, tú eres un gafe o a ti te han contagiado o "gafado", porque aquello negativo en lo que te solazas, piensas, sientes, te emocionas y vibras es precisamente aquello que estás atrayendo abiertamente. Piénsalo bien, ahora sí.

El lexicógrafo Sebastián de Covarrubias utiliza la palabra aguafiestas como insulto grave, en el sentido de gafe, o persona que, por su mera presencia, se van las cosas al garete.

Hay un refrán que dice: "Quien te hable mal de los demás, hablará mal también de ti". No sé si esto puede aplicarse tal cual al gafe, pero me inclino a pensar que sí.

La película *El gafe*, de P. L. Martínez (1958) narra la historia de Urrutia (J. Luis Ozores, 1923-1968), un buen hombre que trabaja eficientemente como empleado de banca y, a pesar de ello, sus jefes y compañeros le guardan cierto recelo, pues están convencidos de que todas las cosas malas que suceden en la oficina se deben a la nefasta influencia que Urrutia posee.

Y poco más en el panorama gafístico.

Quizá algún escritor se haya ocupado de este personaje, pero no lo conozco. ¿Es que no existe el gafe? Por supuesto que sí, y yo aquí me voy a tomar la libertad de decir quién o qué creo que es un gafe, ya que, además, todos lo hemos sido alguna vez o lo podemos ser en algún momento. Mirémonos en el espejo a ver si no es verdad.

El gafe te suele decir muchas veces: "yo no soy pesimista, solo soy realista". Si alguna vez dijiste eso, es que has sido pesimista o gafe.

Si alguna vez, algún optimista te ha contado sus aspiraciones o planes de progreso, etc., y te has dedicado, mientras le escuchabas (o haciendo como que lo hacías) a buscarle pegas, menospreciarlo, criticarlo, a hacer muecas, a poner 'piedras' en su camino o ilusiones, del tipo que sean, es que has sido gafe. Y quizás, y posiblemente sin proponértelo, has destruido sus sueños o ilusiones.

Un gafe es como uno que va de "paquete" en una moto. El conductor toma una curva a cierta velocidad y el "paquete", todo temeroso, viéndose inclinado a derecha o izquierda, hace todo el esfuerzo posible por "equilibrar" la moto, enderezándose hacia el lado contrario de la curva. El conductor puede no darse cuenta, y su esfuerzo por dominar la máquina será mayor, si antes no han ido ambos a besar el suelo. Cualquier motorista debe advertir al 'paquete' que lleve detrás, que, sobre todo en las curvas, debe ir 'pegado' al conductor de la moto, que si no lo hace o no se entera, estará gafando el viaje.

El gafe no es más que un pesimista en acción, que anda por la vida viéndolo todo de color ceniza, negro o muy negro. De manera que podríamos decir que hay más de un tipo de gafe. Va desde el supuestamente realista, o sea, el que ve las cosas de color ceniza y, por tanto, te dice que las "cosas son 'moco' son y no es cuestión ahora de cambiarlas" o el del "¡qué puedo hacer yo!" y cosas así, hasta el más acendrado (puro) de todos, el que, a consecuencia de su negatividad extrema, arrastra hacia sí y hacia los suyos cualquier porquería que se le acerque al paso.

Norman Vincent Peale, el clérigo autor de *El pensamiento positivo* (ver luego), también se ocupó de este personaje. Decía que un optimista falso es la persona que está injustamente contenta porque es difícil creer que el mundo sea tan brillante y positivo como los optimistas lo pintan.

Sin embargo –continúo– se ha demostrado que son los optimistas los que son empresarios, inventores, innovadores, líderes y pensadores con éxito. El optimismo es una de las cualidades más poderosas de los pensadores positivos.

Cuando se tienen pensamientos positivos, la mente se vuelve una fuerza propulsora de todas sus acciones. Las personas optimistas son las que logran lo que quieren, sólo ven el éxito y rechazan la idea del fracaso.

En cambio, el pesimista cree que la maldad de la vida vence a la bondad. En nuestra cultura, el pesimista se define como un personaje de caricatura. Una persona que va por la vida con una nube sobre la cabeza y la tormenta siempre le cae encima a él y solo a él. Vive bajo lo que se llama un "techo bajo". Es como cuando el avión levanta el vuelo y el pesimista sólo ve las nubes encima de él y no quiere ver que

un poco más arriba el sol estará brillando por encima de ellas.
El más cenutrio de los gafes podría pasar por ser el ingeniero aeroespacial Edward Aloysius Murphy (1918-1990) (no confundir con Joseph Murphy) que se dedicaba a diseñar cohetes y aviones. Pero él no era escritor y sería injusto endosarle tal apelativo de gafe, ya que lo que él formuló fue una ley estadística de "cómo en la cristalización de un principio clave de diseño defensivo, siempre se debe considerar el peor de los escenarios posibles". Lógico. Como se ve, nada del otro mundo. "Murphy era infeliz con la interpretación banal que se hacía de su ley". Así, "si algo puede salir mal, saldrá mal", que es como empieza el dicho famoso libro, o "si puede ocurrir, ocurrirá". Nada que ver con lo de ser gafe. Pero luego se fueron añadiendo, hasta componer un libro (A. Bloch es uno de los compiladores), con el nombre de *Leyes de Murphy,* toda una serie de disparates que hicieron fortuna y pasaron a las ventas de éxito.
En definitiva, las dichas Leyes de Murphy, no dejan de ser algo jocoso y "gafoso" por parte de quienes las han recopilado y, transpuesto o interpretado a su manera, porque si alguien que se pasa la vida buscando cosas como ésta: "Cuando las cosas vayan bien, algo habrá que haga que vayan mal", o "Las cláusulas de garantía expiran al pago de la factura", etc., es que posiblemente no le rondarán muy buenas vibraciones.
Y alguien podrá objetar que posiblemente se ha hecho hasta millonario con su libro, lo cual contradiría un tanto lo del pensamiento positivo y todo eso. Pues sí, pero no. Que se ha podido hacer millonario el compilador de dichas leyes, no me cabe duda, a tenor de la cantidad de ejemplares de su famoso libro que se han vendido ya y aún se siguen vendiendo. El problema es que hay tal negatividad en el mundo, que hacerse rico con algo así, a pesar de ser tan paradójico, es perfectamente posible, pues al mandar mensajes vibratorios tan en concordancia con la realidad dominante, se produce el efecto bumerán, y quien los manda solamente recibe el beneficio de su trabajo. Al que vende ataúdes le pasa lo mismo.
El criticón es también un buen cenizo, aquel que siempre está buscando pequeños defectos en las cosas: que si una coma o una tilde que falta en un escrito, que si un cuadro torcido en la pared (bueno, éste puede que sea también un poco más neurótico), que si todo está desordenado... en casa ajena, claro, y un largo etcétera.
Muchas de estas cosas son "psicopatologías de la vida cotidiana", como diría Freud. Pero el problema, si no se trata, es que le afecta tanto al que sufre dichas neurosis, porque le absorbe todas las energías necesarias para aspirar a una **buena suerte**, como se las puede robar a quienes se topan con él. Ocurre a menudo que quien sufre este tipo de neurosis suele no percatarse de ello y, por tanto, no consigue

percatarse de en dónde falla para no conseguir esa **buena suerte** que a veces busca incansablemente. En el fondo es un gafe para sí mismo y también para quienes no consiguen liberarse de su influencia.

Si tenemos a un gafe al lado durante buena parte del día, y no tenemos más remedio que soportarlo, puede llegar a ser una auténtica pesadilla. Criticón y gafe suelen coincidir en muchas cosas. Pero el gafe es un conjunto de muchas más variables, entre las que está la de criticón. Pero quizá la variable más importante que le adorna es la de la negatividad. Un gafe nunca verá bien cualquier cosa que no haya hecho él o aquellos a los que admira o respeta. Un gafe vive y se alimenta de la negatividad.

Un gafe está rodeado de negatividad y no se da cuenta. A un gafe siempre le duele algo, siempre tiene algún problema de salud por ahí escondido. Un gafe siempre tiene problemas con alguien o algo, persona o cosa. Un gafe nunca está centrado en el presente.

Si no está mirando hacia el futuro escudriñando alguna posible desgracia, está revolviendo en el pasado. Oír hablar a un gafe es como oír hablar a alguien que va del pasado al futuro, sin detenerse apenas en el presente. Si el pasado ha sido malo, el futuro puede ser peor.

Un gafe siempre está a la defensiva. Él nunca es culpable de nada. Nunca cree ser causante de lo que le pasa a él mismo ni a los demás, siempre buscará un culpable fuera, pero sobre todo en el que está al lado. Buscará al culpable incluso debajo de las piedras. Siempre encontrará a algún "pardillo" para pegarle el moco de su gafedad.

Un gafe nunca reconocerá que algunas de las cosas que hace él están mal, porque siempre tiene razón y los demás son unos bobos que no lo ven. Suele ser un individuo prepotente en cuanto a su capacidad mental. Y ciertamente muchos la tienen más que sobrada. Pero es dado a pensar que los demás no llegan a su "altura" intelectual.

El gafe suele ver una "competencia desleal" en quienes siendo también intelectuales e incluso sabios, son discretos, sencillos, humildes y hasta miedosos por serlo. Sin embargo el gafe tiende más a "lucirse" en cada ocasión que se le presente. Aguanta mal al intelectual discreto.

Un gafe, evidentemente puede ser rico, claro que sí, los hay y muchos. Pero generalmente sus riquezas no las han creado ellos; la tienen incluso a pesar de ellos, porque eso no tiene mucho que ver con lo que ellos hacen por conseguirla, sólo es que la han heredado. Un gafe podrá ganar dinero y mucho con su trabajo y todo eso, pero difícilmente se hará rico por sí mismo. Me he topado con algunos de estos gafes ricos que viven en unos sitios que llaman manicomios.

Todos hemos sido gafes algunas veces en nuestras vidas. A ver, que levante la mano quien alguna vez no se haya quejado de nada; que no se haya dejado deprimir; que no haya visto su vida a oscuras de repente; que no se haya visto en un problema y haya esperado lo peor;

que esté conduciendo y pensando en que le puede pasar algún accidente o le vayan a pillar los guardias por pasarse de velocidad; que vaya a buscar empleo y de entrada piense que a él no se lo van a dar porque siempre habrá alguien mejor; que no se atreva a pedir un aumento de sueldo porque crea que no lo merece o no le vayan a hacer caso; que vaya a comprar algo y piense que le van a engañar en el precio o en la calidad. Hay miles y miles de situaciones en que uno puede ser gafe y se es gafe porque aquello en que uno piensa es aquello que se encuentra. De manera que si piensas que te van a engañar, pues te engañarán; si piensas que no te van a dar tal o cual empleo, pues ya tienes el boleto para ello.

El gafe vive en una atmósfera de negatividad más o menos densa. Su discurso diario está salpicado de idas y venidas al pasado malo, al presente que no se sabe y al futuro peor, sobre acontecimientos, personas, cosas, etc., que no consigue desprender de su piel. Una y otra vez asoman por los poros de la misma. Si un gafe habla mal de alguien y ese alguien no está presente, quien se hace daño es el propio gafe, ya que a ese alguien no le llega ninguna señal consciente de la queja, y la inconsciente que recibe es muy débil. El gafe no se da cuenta de eso, se hace daño a sí mismo, o piensa que con eso se le alivia algo por dentro, pero eso no es así, es todo lo contrario, sus vibraciones descienden a mínimos. Sus pilas se descargan al máximo.

El peligro del gafe para con los demás es que, como dice el refrán: "Todo se pega menos la hermosura". La gafedad, por tanto, como no es hermosura, se puede contagiar o pegar como cualquier moco de niño a la ropa de su madre o de su abuelo. El bioplasma que irradia el gafe está como viciado, e incide en el bioplasma de quien tiene al lado. Si ambas personas viven y duermen juntas, lo más probable es que la que irradia peor bioplasma, o sea, el gafe o negativo, acabe secando al otro, que perderá toda su energía y sus ganas de estar con el gafado[44]. Se caerá, literalmente, de la cama.

El robo de energías es muy frecuente entre personas. Hay gente capaz de detectarlo, al natural, al primer encuentro. Otros la detectan después de un entrenamiento adecuado, y para los más, pasa desapercibida, solo que cuando se separan y alejan de la persona vampírica, se dan cuenta de que están más cansados y deprimidos, de lo que sería lo normal. Evidentemente, han sido despojados de gran parte de su energía vital. A buen seguro que el "chupón" lo que ha sentido es precisamente todo lo contrario.

Defenderse de un gafe no es cosa fácil. Allá donde va, lo hace con las baterías descargadas, y necesita recargarlas de los demás, que son sus cargadores naturales. Él es tu predador. Cualquier descuido de estos y te quedas a cero de carga. Muchas personas, conscientes de ello, los rehuyen. Otras, al no poderlo hacer, se vuelven resentidas, deprimidas

y nerviosas en su presencia, y no saben por qué les pasa eso[45].
La carga de la batería del gafe puede hacerse de otras maneras, una muy peculiar es la que se hace por teléfono. Si este es 'alámbrico' es como si la energía pasara por el cable, algo natural; pero si es inalámbrico, la carga va por el aire, algo más moderno, pero del mismo efecto letal. Viví durante meses un caso patético de estos. La vampiro[46] (en ese momento, enferma de cáncer) se enganchaba al teléfono y marcaba durante horas y horas a mi casa todos los días, cual bocona o boquirrubia irredenta, desgranando todo un rosario de penas y desgracias una tras otra, fueran o no reales, el caso es que a este lado siempre estaba su amiga la psicóloga, escuchándola y consolándola. A los pocos meses, ya estaban las dos en el hospital para ponerse la "quimio".
Y algo más tarde se fueron las dos, una detrás de otra para siempre, y en la flor de la vida. La plaga emocional[47], hubiera llamado a esto el psiquiatra Wilhelm Reich, otro pobre defenestrado.
Un gafe es un robasueños. Preséntale el proyecto más grandioso, eficaz, económico, palpable y seguro, y te dirá que eso no puede ser, que es mentira, que es un robo y mil y una excusas más para no darte la razón. No quiero decir nada si realmente al final resulta que tiene razón. Pobre Edison[48], si hubiera estado rodeado de gafes, no tendríamos luz eléctrica, ni ninguno de los cientos de inventos y patentes que registró (aunque muchas no eran suyas, al mismo Nikola Tesla le garrapiñó lo suyo, el tal hijo de Edi) y puso en marcha, pero tampoco otros que le siguieron gracias a los suyos propios. Porque 999 "fallos" y un solo acierto para lograr una bombilla eficaz, no habría habido gafe a su lado que no lo hubiera aturdido hasta su derrumbe total. Tesla sí tuvo esa mala pata de estar rodeado de gafes y malintencionados.
Si alguna vez has sido niño, que creo que sí, te acordarás del escritor irlandés Jonathan Swift (1667-1745) –maestro de los satirizadores de la locura y la arrogancia humanas– y su cuento *Viajes de Gulliver*. En la primera parte Lemuel Gulliver llega al país de Liliput y los enanos lo rodean y atan con cuerdas que son como hilos de coser. En la cuarta parte del cuento aparecen los deformes humanos que no han llegado a desarrollarse, llamados Yahoos (sí, eso). Son todos gafes.
Por tanto, si a un gafe no consigues hacerle cambiar su actitud "gafística", mejor rompe los hilos con que te ata, ponte una coraza o escudo mental protector cuando se te acerque, o aléjate de él sin más. Por tu salud y **buena suerte**.
Oigamos lo que nos dice el ya mentado John Assaraf:

> «Hace muchos años tuve una colega que siempre se quejaba de todo y de todos en su vida. Cada día, cuando llegaba a la oficina, ella empezaba: 'no creerás esto, puedes imaginarte qué hizo él... esto nunca funcionará, estoy tan

cansada...', y así seguía todo el día y ponía a todos locos en la oficina.
Ella era lo que me gusta llamar 'vampiro psíquico', alguien que intenta robar tus grandes pensamientos y energías. Su energía negativa te tiraba abajo si tú permitías que te entrara. Las ideas negativas que traía constantemente afectaban realmente a alguno de los empleados. Rodearme de positividad lo he convertido en mi ley absoluta y no permito que gente negativa, en ningún lado, se me acerque.
Sólo me rodeo de gente positiva en lo mental y físico. El intercambio entre nosotros es vibrante y energizante, en vez de uno que agote las energías. Todos estamos hechos de energía y liberamos y tomamos energía con cada respiración y pensamiento. Debemos ser muy cuidadosos con quienes nos asociamos y a quienes permitimos entrar en nuestra zona energética».

Lo peor de este vampiro psíquico no es que a él la **buena suerte** le rehuya, sino que influya en otros para que también les pase lo mismo. Y yo pienso que todos conocemos a alguno así.
Sigue Assaraf con las auto-charlas negativas y su influencia sobre nuestro inconsciente. ¿Quién no se ha encontrado alguna vez, al despertar por la mañana o a lo largo del día, charlando consigo mismo sobre todo tipo de problemas y preocupaciones? Pues eso viene a ser lo mismo, un freno a nuestro éxito. ¿Qué habría que hacer? Está claro, cambiar el *chip*[49].
En honor a la verdad, habría que señalar que hay también gafes por naturaleza. Serían los del tipo "gremlin" o "mogwai". Lo cuenta la misma Lynne McTaggart en *El experimento de la intención,* que dice que ella misma es una "gremlin" de primera magnitud y que cuando está de mal humor, todos los ordenadores a su alrededor empiezan a fallar. También lo era mucho, al parecer, el físico Wolfgang Ernst Pauli.
Para terminar me gustaría añadir aquí lo que dice Boris Cyrulnik, el creador de la **Resiliencia**[50] y que puede servir para que lo tengan en cuenta los gafes: "Si se modifica el entorno o si se sustituyen las personas que causan estados de ánimo negativos, la química llega a modificarse. Hay una sustancia en el cerebro que se llama dopamina, un neurotransmisor que pasa entre las neuronas y cuya secreción depende del estado feliz de la persona... Es importante garantizar al niño una fuerte base de seguridad... Si un niño no tiene dicha base de seguridad, desarrollará un cierto gusto por el malestar y el pesimismo... si dejamos a un niño en un contexto negativo, será muy difícil que aprenda a ser resiliente.

8. La importancia de la salud y la respiración

Sobre la salud ya hablamos en otros apartados de este libro. Evidentemente, disfrutar de buena salud no es que sea necesario para lograr objetivos del tipo que sea. Porque en ese caso una persona enferma no podría lograr ni siquiera su curación, al no tener salud, y

lógicamente su principal objetivo habría de ser el de alcanzarla partiendo de ese estado de no salud.
Sin embargo, pienso que, para el objetivo de una **buena suerte,** de alguna manera una buena salud ayuda un poco más. Lo digo por lo siguiente: tal como yo lo planteo y a mí me funciona, todos los ejercicios que practico en busca de esa **buena suerte**, los hago previa meditación, relajación o autohipnosis que ya explicaré más adelante, y que conllevan una cierta tranquilidad mental para controlar el cuerpo y con ello la respiración. Verás que ni es complicado ni difícil y que todo el mundo, incluidos niños, lo pueden hacer.
Por ello me voy a entretener un poquito en el tema de la respiración. Basándonos en la idea de que una buena respiración es muy importante para una buena salud (lo mismo que una buena ingestión y una buena digestión), voy a traer aquí a un maestro de la respiración (entre otras cosas) que curiosamente nos viene como anillo al dedo, porque en el capítulo "Vibración y respiración rítmica", nos incluye algo tan acorde con lo que buscamos como esto:

> "Respirar es vivir, y no hay vida sin respiración...
> Todo está en vibración. Desde el ínfimo electrón hasta el más ingente sol, todo vibra. No hay nada en reposo absoluto en la Naturaleza, y un átomo sin vibración destruiría el Universo... En toda vibración hay cierto ritmo.
> El ritmo compenetra el universo... El yogui puede emplearla para transmitir pensamientos a otras personas y atraer hacia él a todas aquellas cuyos pensamientos estén sintonizados con los suyos... La respiración rítmica aumenta en muchos cientos por ciento la eficacia de la influencia mental, magnética, etc.".

Y cosas semejantes. Lo dice William Walker Atkinson (alias Yogi Ramacharaka) en el libro *Ciencia hindú yogui de la respiración,* que te aconsejo que leas.
Expone en el mismo, cuatro formas de respirar, pero solo una de ellas, la respiración completa yogui es la que nos interesa aquí, ya que es la más saludable.
Nos dice en este resumen:

> Muchas de las enfermedades, a las cuales está sujeto el hombre civilizado, son indudablemente causadas por el hábito común de respirar por la boca, crecen con su vitalidad alterada, su constitución debilitada y en temprana edad quedan inválidos para toda la vida.

La respiración completa no consiste necesariamente en llenar por completo los pulmones en cada inhalación. Se puede inhalar la cantidad habitual de aire usando el método de respiración completa y distribuirlo en todas las partes de los pulmones, sea su cantidad, mayor o menor; pero debiera inhalarse una serie de respiraciones completas varias veces cada día y cuando se ofrezca la oportunidad, con el objeto de conservar en orden y buenas condiciones el sistema.

El sencillo ejercicio siguiente te permitirá formar una idea clara de lo que es la respiración completa, pero procura hacerlo en algún lugar bien ventilado:
Con el tronco en posición vertical se inhala firmemente llenando primero la parte inferior de los pulmones, lo que se obtienen poniendo en juego el diafragma, el cual al descender ejerce una leve presión sobre los órganos abdominales y empuja la pared frontal del abdomen. Después se llena la región media de los pulmones, haciendo salir las costillas inferiores, esternón y pecho. Luego se llena la parte alta de los pulmones, adelantando la superior del pecho, levantando éste, incluyendo los seis o siete pares de costillas superiores.
En el movimiento final, la parte inferior del abdomen se contraerá ligeramente, cuyo movimiento da apoyo a los pulmones y también ayuda a llenar su parte superior. La inhalación ha de ser continua.

Debes hacerlo mientras cuentas hasta 6.

1. Retener la respiración mientras cuentas hasta 3.

2. Exhalar manteniendo el pecho en posición firme.

Contar hasta 6.

3. Descansar un poco y empezar de nuevo.

Te sorprenderás.

Capítulo II

Las energías

Energía es igual a masa por velocidad al cuadrado
ALBERT EINSTEIN

Ya en 1920 Albert Einstein hizo su famoso descubrimiento de que todo era energía. Desafortunadamente, las ciencias oficiales de la salud lo han ignorado para evitar caer en la superstición medieval. Así, todo lo que no es tangible o "captable" por los cinco sentidos humanos, sencillamente no existe para ellas.
En Química se dice que los bloques básicos de la materia son átomos. Nadie niega que esto sea así, pero desde la nueva perspectiva cuántica, los átomos también están formados por otros bloques de "energía" que se manifiestan como ondas o partículas en **función del**

punto de vista del observador[51].
Toda energía tiene un polo positivo y otro negativo. La ecuación de Einstein implica que la energía (E) de un cuerpo en reposo es igual a (=) su masa (m) multiplicada por la velocidad de la luz (c) al cuadrado (2), o sea: $E = mc^2$.
Muestra cómo una partícula con masa posee un tipo de "energía en reposo", distinta de las clásicas energía cinética y energía potencial. O sea, que la materia es igual a energía altamente vibrante. En términos sencillos, el cuerpo también es energía vibrante.
Materia y energía son, en definitiva, dos manifestaciones diferentes de una misma cosa. Einstein demostró que la luz también compartía las cualidades de la materia, o sea, la dualidad onda-corpúsculo del fotón[52], y que también se daba en el átomo y es la inercia y la causa de que la energía pueda ser transformada en otra forma de onda.
Tenemos pues que materia es igual a energía y que, en definitiva, todo se reduce a energía, aunque algunos reconocidos investigadores todavía no lo hayan descubierto.
Tenemos el caso, por ejemplo, del neurólogo Rodríguez Delgado que, en *Mi cerebro y yo*, dice que "el cerebro está formado por los dos elementos fundamentales que existen en el Universo: la materia y la energía[53]. Existe además un tercer elemento que, tanto en la organización de la naturaleza como en la del cerebro, tiene una importancia esencial: la información".
¿Qué significa esto y de qué nos sirve aquí? Es algo muy simple y muy importante. El que todo sea energía, significa que no hay nada "muerto" o "sólido" y que todo se mueve y, en definitiva, **vibra**.

Las energías groseras

La energía es una magnitud física. El término **energía** equivale a **actividad**, operación, fuerza de acción o fuerza de trabajo. Tiene diversas acepciones y definiciones relacionadas con la idea de una capacidad para obrar, transformar o poner en movimiento. En Física **energía** se define como la capacidad para realizar un trabajo.
Es inútil buscar en los libros de texto "oficiales" otro tipo de definiciones de energía que no sean las clásicas de: física, química, mecánica, cinética, termodinámica, electromagnética, potencial, etc., así como formas o sustancias para generarla que no sean: renovables, como las eólica, geotérmica, hidráulica, solar, mareomotriz, azul, del gradiente térmico oceánico (ósmosis inversa) y biomasa; y no renovables, como la nuclear, el carbón, el gas y el petróleo.
Para la ciencia "oficial" no existe más energía que esa. No existe porque, "científicamente", otro tipo de energías no se las puede medir ni controlar al modo genuino de nuestra ciencia moderna.

Hay autores incluso que reducen la energía física "oficial" a sólo cuatro grupos: la gravedad, el electromagnetismo y las subatómicas: fuerza fuerte y fuerza débil.

La ley de la conservación de la energía, ya desde Isaac Newton (1642-1727), constituye el primer principio de la termodinámica y afirma que la cantidad total de energía en cualquier sistema aislado y cerrado permanece invariable con el tiempo, aunque dicha energía puede transformarse en otra forma de energía. En resumen, la ley de la conservación de la energía afirma que la energía no puede crearse ni destruirse, sólo se puede cambiar de una forma a otra, por ejemplo, de eléctrica a calorífica.

No deja de ser curioso que se afirme que "la energía no es un ente físico real, ni una 'sustancia intangible', sino solo un número escalar que se le asigna al estado del sistema físico, es decir, la energía es una herramienta o abstracción matemática de una propiedad de los sistemas físicos. Por ejemplo se puede decir que un sistema con energía cinética (de movimiento) nula está en reposo. En resumen, la energía es la capacidad de los cuerpos para producir cambios en su alrededor", (Wikipedia).

Digo que resulta curioso porque, quienes han definido la energía como algo tan ambiguo y deletéreo, nieguen el pan y la sal, es decir, la existencia, a las llamadas energías sutiles de las que vamos a hablar a continuación.

2. Las energías sutiles

Hoy día y, a pesar de que una mínima parte del saber universal se rige por el llamado "método científico", parece como que, si algo no tiene explicación científica, simplemente no existe. Lo poco que te voy a contar aquí, querido amigo, no es para liarte, sino como información y para que sepas que, aunque quizá alguien (que lo habrá) te pueda objetar que esto no es serio, puedas tener tus propios argumentos y tu tranquilidad de ánimo para que tu empeño en la búsqueda de la **buena suerte** no decaiga. Te va mucho en ello.
Los escépticos –al menos algunos– nos dicen que no existen tales energías sutiles y, por tanto, tampoco existe la energía vital. Para ellos no existe nada más que lo que captan sus cinco sentidos (groseros, porque incluso perros, gatos, murciélagos, etc., los tienen mucho más finos y sí captan muchas de estas energías) y no
se dan cuenta siquiera de que los seres humanos, con los sentidos que tenemos, no somos capaces de sentir u oír lo que las cucarachas[54], los pájaros, los perros, etc., sí son capaces. El doctor Cencillo decía que

teníamos al menos 23 sentidos, y otros, como el Dr. Fénix, al menos 10, los 5 que conocemos ya, más intuición, equilibrio, tiempo, bioenergía[55] y otro que no nombra.

Pero ¿todas estas energías, están en nuestro propio plano de realidad, en nuestro rango de frecuencias, en nuestra dimensión? Hay quienes afirman, basándose en la Física Cuántica, que la realidad tiene muchos, muchísimos planos más que los que pueden captar nuestros menguados sentidos. Los materialistas más acérrimos, sean filósofos, algunos "científicos", ateos radicales, políticos, sindicalistas, etc., niegan esto, pero la verdad es que es indiscutible lo que la verdadera ciencia nos enseña y es que todo es **energía** y **vibración**. Y esos otros planos de realidad o mundos paralelos existen y están incluso dentro de nosotros mismos, aunque no los veamos o sintamos, como tampoco vemos ni sentimos las ondas de radio sin un aparato que pueda captarlas.

Hay seres humanos que, al igual que algunos animales, sí tienen desarrolladas esas capacidades perceptivas, que a los demás se nos resisten, y pueden incluso cambiar de plano o dimensión. Personalmente soy un incapaz, pero en dos ocasiones concretas alcancé a ver sendos "fantasmas".

¿Es por esta cerrazón de algunos, que uno no tendría más remedio que borrarse del escepticismo? No se trata de eso. Al igual que en las religiones, la política, etc., en donde el *talibán* es un personaje siempre presente, inquietante y funesto, en el escepticismo y en la ciencia también se da dicho personaje y me atrevería a decir que, en esta última, relativamente en mayor profusión que en las anteriores.

Los escépticos que se manifiestan en Internet suelen ser personas muy documentadas y con grandes conocimientos, no cabe dudarlo, pero sus orejeras de burro les impiden ver a los lados. Es una pena, porque hacen un buen papel y yo los admiro. Pero no cambio mis éxitos obtenidos "pseudocientíficamente" por un gramo de ese escepticismo. No creo que nadie lo hiciera tampoco, pero quién sabe...

¿Saben estos escépticos que ya Galvani, en el siglo XVIII, demostró que los nervios conducen electricidad? –como hacen los cables que llevan la luz y la fuerza a sus casas–. Y que los 4 Hz[56] a los que uno sucumbe al sueño o entra en hipnosis, ¿acaso no son energía sutil? ¿Y los 50.000 Hz que es capaz de oír un perro y un humano no, tampoco son energías sutiles?

¿Saben que se ha logrado encender un pequeño diodo con la energía que genera la sangre humana? El cuerpo humano trabaja aproximadamente a 0,6 voltios. En definitiva, el cuerpo humano es eléctrico.

Las energías sutiles existen. Quizá no se puedan medir al modo de las otras, o realmente no se quiera hacer, porque no se cree en ellas, y

porque para ellas no hay todavía un aparato lo suficientemente "fiable" para la ciencia moderna, como el que nos dice cuánta energía se ha gastado en hervir un litro de agua, cuántos hp tiene un motor, cuántos kw marca tal o cual contador, etc. Pero existen, por ejemplo, desde hace ya bastante tiempo, hay aparatos que localizan los puntos de acupuntura, como el del doctor Robert Becker.
Las energías sutiles se miden principalmente por sus efectos.

3. Otras manifestaciones sobre la energía universal

Vamos a echar mano de un texto que uno de los protagonistas del documental *El Secreto*, John Assaraf, que expone en su página web de Internet:

> *¿Te has preguntado qué te tiene tan lejos de lograr todos tus sueños y conseguir el dinero que deseas tener?*
> *Bien, no te preocupes más. No es tu culpa. Las últimas investigaciones de la información más avanzada sobre el cerebro humano y sus efectos en el éxito descubren un conocimiento verdaderamente revolucionario.*
> *Aquí van algunos descubrimientos neurocientíficos recientes que están enloqueciendo a los científicos:*
>
> **1.** Se sabe ahora que los humanos piensan en 6 distintos niveles al mismo tiempo, sin embargo sólo un sexto de ellos está a nivel consciente. Esto significa que el 83% de tu tiempo estás actuando automáticamente en un nivel no consciente. Esto explica por qué tomar una decisión, en ningún lado es suficiente para mejorar cualquiera de tus resultados. Debes reentrenar tu cerebro si deseas lograr más. Ésta es también la razón por la cual las dietas no funcionan.
> **2.** Otro gran descubrimiento es que las células no conscientes del cerebro (neuronas) pueden detectar y tomar información hasta 800 veces más rápido que las neuronas conscientes. La buena noticia es que ahora puedes entrenar a estas células cerebrales más rápidas para que trabajen para ti, no en tu contra. Esto será usar tu poder real y no sólo el 17% de tus capacidades reales.
>
> **3.** Un tercer descubrimiento tiene que ver con tus amígdalas cerebrales.
> Esta parte central del cerebro ha sido condicionada en una edad muy temprana por tus padres, maestros y por los eventos de tu vida. La amígdala no gusta de los cambios y libera neurotransmisores en cualquier momento que tú intentas cambiar algo en tu vida.
> Cualquier desviación a lo que es la norma, es puesto aparte y básicamente ocasiona que tú vuelvas nuevamente a tus viejos patrones de pensamiento y comportamiento. Esto explica por qué la mayor parte de la gente pasa momentos difíciles al dejar un trabajo o relación con los cuales no está feliz. También explica por qué la gente sigue en la misma categoría de ingresos año tras año. No es que ellos lo deseen, pero es a lo que ellos están acostumbrados y acondicionados a esperar.

Así que, si te preguntas por qué no avanzas y logras todos tus sueños y consigues los objetivos que deseas, no te preocupes, no es tu culpa».

Y aquí un texto de José Silva extraído de su *Método para obtener ayuda del otro lado:*

> "Estoy enterado de lo que los físicos están descubriendo al penetrar la materia dentro de la más pequeña partícula del átomo. Estudio la Nueva Física y las teorías expuestas para adoptar sus descubrimientos dentro de los parámetros de la antigua ciencia.
> Todos estos descubrimientos recientes apuntan a una fuerza espiritual o inteligente tras el mundo físico. Los científicos tienen cada vez más evidencia de que el espacio no es nada; el espacio es algo. Ese algo es un medio continuo con propiedades o características. Una de esas propiedades es la inteligencia. La inteligencia llena todo el espacio, y ese espacio puede ser sólo un fragmento de toda la imagen".

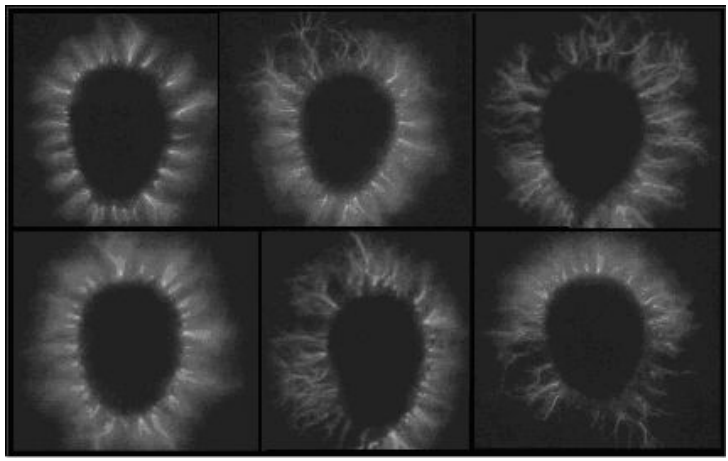
Y de otro autor muy importante, Victor Boc, entresaco el párrafo siguiente:

> "Actualmente la evidencia científica apunta hacia la existencia de una especie de material pensante del cual procede todo.
> Esta sustancia, sea lo que sea, está en todas partes, trascendiendo nuestro universo y hasta las profundidades del espacio interestelar.
> Los seres humanos tenemos la capacidad inherente de crear ideas mediante esta sustancia amorfa. Este proceso hace que el objeto que esté siendo imaginado se materialice físicamente.
> En otras palabras, cuando usted visualiza algo en su mente, y lo siente, está utilizando los mismos recursos que han hecho posible la existencia de cada objeto material del universo".

Existen pues otro tipo de energías, y los que practican las terapias energéticas, lo saben muy bien, como lo sabían en la antigüedad, tanto en la China como en las más diversas culturas del mundo, que incluso les daban nombres a estas otras energías sutiles y no cuantificables.
William Collinge en su obra *Las energías sutiles,* nos cuenta la cantidad de energías con que nos podemos topar en todo tipo de culturas y que ni son tangibles, ni hay aparatos que las puedan medir, pero que no cabe duda de que están ahí.
En el Tantra, el dios principal Shakti, es el representante de la energía vital femenina. Se opone al Yoga y se prima la kundalini como energía sexual liberada.
Indra y **Agni**, númenes (no dioses) de la tempestad y el fuego respectivamente, el segundo, presente en la vitalidad cósmica.
Otros númenes, los **Nagas**, son guardianes de la energía vital.
Shiva se constituye en el sistema de las *tres gunas*, una de ellas, la **rajas**, es la poderosa energía creativa.
En los **Vedas**, también tenemos la mâyâ o energía cósmica y el prana.
Estas energías "extraoficiales" han sido pues conocidas desde la antigüedad, y en cada cultura han recibido uno u otro nombre, así; v. g., en el antiguo Egipto se le llamaba **ankh** (la cruz ansada), **pneuma**

en la antigua Grecia, **gana** en Sudamérica, **ki** en Japón (de ahí Reiki), **qi** o **chi** en China (de ahí Chi-Kung, Tai-chi).
La acupuntura no es más que el manejo de esa energía que discurre a través de los meridianos corporales.
Y otros muchos nombres más como sila, tane, ton, wakam, orenda, oki, ntu, ntoro, m'gbe, mana, arunquiltha, etc., hasta llegar al magnetismo animal de Mesmer, al "orgón" del psiquiatra y discípulo de Freud, W. Reich, al "élan vital" del filósofo Bergson, etc., y los modernos biomagnetismo, bioenergía (que a su vez se manifiesta de 7 modos distintos, modos que coinciden con los 7 vórtices de energía de los 7 chakras principales del cuerpo), etc.
Algunas de estas energías puede que hayan caído en el descrédito por sí mismas, y a otras las han empujado porque no encajaban con los intereses o la política del momento, tal el '**orgón**' de Reich; o la descubierta por el genio de las invenciones (más de 1200 patentes) Nikola Tesla, que era gratuita (la tomaba del éter, decía, con ella hacía rodar un coche) y cuya fórmula, por lo visto, murió con él; o la energía '**odyle'**, descubierta por Reichenbach, brillante industrial y bioquímico; o la "energía permanente" de Howard Johnson, etc. Algo similar a esta última tuve ocasión de comprobar una vez, en casa de un inventor vocacional cuando me enseñó cómo con una pila tipo AA, de apenas voltio y medio, podía mover pendularmente durante horas y horas una barra de acero de varios kg de peso. Murió con su invento y no pudo comercializarlo.
En este apartado de las bioenergías hay que incluir algunas que son visibles por medio de un entrenamiento adecuado o de aparatos modernos. Me refiero, en concreto, a la llamada **aura**, que siempre, a lo largo de la historia, ha sido vista por personas "especiales" y que hoy día incluso se dan cursos para aprender a ver esta energía sutil que recubre a personas, plantas y animales vivos con capas o cuerpos energéticos, desde el más sutil o exterior al más físico o interno; o se puede incluso fotografiar con las cámaras Kirlian o GDV.
La invención de la electro-fotografía a alta frecuencia se debe al polaco Jodko Narkiewicz (1848-1913), que, con un aparato muy similar al de los Kirlian, aunque más primario, le permitió en 1896 demostrar con imágenes el efecto de las emociones sobre el cuerpo.
Es curioso que los escépticos arremetan ahora tanto contra la fotografía Kirlian y, sin embargo, en la NASA esta se emplee para descubrir fracturas invisibles a primera vista de piezas metálicas.
Partiendo de la misma, el Dr. Konstantin G. Korotkov, catedrático de Física en San Petersburgo, y ya en nuestros días, puso a punto la Bioelectrografía GDV (Gas Discharge Visualization)[57]. Las investigaciones que realiza se encuentran en el plano de vanguardia del estudio de la consciencia y permiten discriminar fidedignamente

entre adultos sanos y enfermos. Su uso está ya bastante extendido y aprobado en ambientes deportivos y se utiliza también para comprobar la efectividad de algunas técnicas terapéuticas. Está reconocido por multitud de universidades e instituciones de todo el mundo, así como por los Ministerios ruso y estadounidense de Salud.



Aquí se pueden ver unos fotogramas de una película de la yema de un dedo índice de este que os escribe.

Los fallos energéticos que se aprecian (filamentos desvaídos o rotos), corresponden a problemas físicos reales en el momento de la filmación. Los filamentos chisporrotean en la película como pequeños rayos. Todos los filamentos son reflejos de la cabeza, pecho, espalda, extremidades, etc., y respectivamente según su posición en la yema del dedo. Saberlo interpretar es otra cuestión

A esto habría que añadir otras muchas energías como las telúricas (de la tierra), de que da cuenta la Geobiología, la Radiestestia y el Feng Shui.

Richard Pavel propone el término 'biocampo' que englobaría a campo vital, fuerza vital y energía vital.

En definitiva, todas estas energías sutiles que los científicos se empeñan en ignorar, simplemente porque no conocen los instrumentos (cámara GDV, por ejemplo) para detectarlas y controlarlas, están siempre presentes en todo modo de vida.

Mención aparte merece la energía libidinal o libido[58]. Esta palabra que en principio sólo significaba ansia y deseo, fue derivando hacia contenidos sexuales, y fue Freud precisamente el que la popularizó y exclusivizó, pero en principio libido no es otra cosa que energía psíquica básica que puede ser agresiva, posesiva, etc., y también sexual, claro. Y esa energía básica circula por todo el sistema psíquico, al igual que la sangre o la linfa lo hacen por el sistema físico.

Decir que alguien tiene la libido baja es confundir la inapetencia sexual con otra cosa, la kundalini, por ejemplo. Pero las lenguas son

así y al final ha terminado por significar casi exclusivamente energía sexual.
Y, finalmente, ¿qué decir de la energía que mueve a los palillos o las monedas en el I-Ching, o de las que se manifiestan en la parapsicología, telekinesia, etc.?
¿O de las varillas o del péndulo radiestésico, tan sabio él, que te puede contestar sobre casi todo, y ¡que no se te ocurra contradecirle!?
No hay que olvidar que la medicina clásica y, aún la actual, se sigue refiriendo a la hipocrática "natura medica" o "vis medicatrix naturae", o sea, la "fuerza curativa de la naturaleza" (la falta de formación hace que esta frase sea siempre una de las peores escritas, transcritas y traducidas) como única fuerza curativa, y lo que el médico hace o receta no es más que una ayuda suplementaria cuando esa 'vis' de la naturaleza o energía no es suficiente.
Pero, para que no pienses que sólo traigo aquí autores o material quizá un tanto esotérico alguno o de conveniencia (nada más lejos de mi intención), te voy a mostrar cómo hay otro tipo de explicaciones, material y autores, etc., dentro ya del ámbito llamemos "oficial", que apoyan cuanto digo yo o dicen los demás autores que tratan el tema de la **buena suerte**. En primer lugar, en una entrevista hecha por un medio de comunicación al conocido doctor Mariano Alonso Puig, cirujano general en Madrid durante más de 25 años y autor de la obra *Madera de líder*, y otras, este confiesa:

– «Hasta ahora lo decían los iluminados, los meditadores y los sabios; ahora también lo dice la ciencia: son nuestros pensamientos los que en gran medida han creado y crean continuamente nuestro mundo. "Hoy sabemos que la confianza en uno mismo, el entusiasmo y la ilusión tienen la capacidad de favorecer las funciones superiores del cerebro. La zona prefrontal del cerebro, el lugar donde tiene lugar el pensamiento más avanzado, donde se inventa nuestro futuro, donde valoramos alternativas y estrategias para solucionar los problemas y tomar decisiones, está tremendamente influida por el sistema límbico, que es nuestro cerebro emocional. Por eso, lo que el corazón quiere sentir, la mente se lo acaba mostrando". Hay que entrenar esa mente.

– Puedo atestiguar que una persona ilusionada, comprometida y que confía en sí misma puede ir mucho más allá de lo que cabría esperar por su trayectoria.

– Psiconeuroinmunobiología es la ciencia que estudia la conexión que existe entre el pensamiento, la palabra, la mentalidad y la fisiología del ser humano. Una conexión que desafía el paradigma tradicional. El pensamiento y la palabra son una forma de energía vital que tiene la capacidad (y ha sido demostrado de forma sostenible) de interactuar con el organismo y producir cambios físicos muy profundos.

– Se ha demostrado en diversos estudios, que un minuto entreteniendo un pensamiento negativo, deja el sistema inmunitario en una situación delicada durante 6 horas. El distrés, esa sensación de agobio permanente, produce cambios muy sorprendentes en el funcionamiento del cerebro y en la constelación hormonal.

– Tiene la capacidad de lesionar neuronas de la memoria y del aprendizaje localizadas en el hipocampo.

Y afecta a nuestra capacidad intelectual, porque deja sin riego sanguíneo

aquellas zonas del cerebro más necesarias para tomar decisiones adecuadas.
– Un valioso recurso para combatir ese enemigo interior es llevar la atención a la respiración abdominal, que tiene por sí sola la capacidad de producir cambios en el cerebro. Favorece la secreción de hormonas como la serotonina y la endorfina, y mejora la sintonía de ritmos cerebrales entre los dos hemisferios.
– Hay que sacar el foco de atención de esos pensamientos que nos están alterando, provocando desánimo, ira o preocupación, y que hacen que nuestras decisiones partan desde un punto de vista inadecuado. Es más inteligente, no más razonable, llevar el foco de atención a la respiración, que tiene la capacidad de serenar nuestro estado mental.
– Siempre encontraremos razones para justificar nuestro mal humor, estrés o tristeza, y ésa es una línea determinada de pensamiento. Pero cuando nos basamos en cómo queremos vivir, por ejemplo sin tristeza, aparece otra línea. Son más importantes el qué y el porqué que el cómo. Lo que el corazón quiere sentir, la mente se lo acaba mostrando.
– Cuando nuestro cerebro da un significado a algo, nosotros lo vivimos como la absoluta realidad, sin ser conscientes de que sólo es una interpretación de la realidad.
– La palabra es una forma de energía vital. Se ha podido fotografiar, con tomografía de emisión de positrones, cómo las personas que decidieron hablarse a sí mismas de una manera más positiva, específicamente personas con trastornos psiquiátricos, consiguieron remodelar físicamente su estructura cerebral, precisamente los circuitos que les generaban estas enfermedades.
– Santiago Ramón y Cajal, premio Nobel de Medicina en 1906, dijo una frase tremendamente potente que en su momento pensamos que era metafórica. Ahora sabemos que es literal: “Todo ser humano, si se lo propone, puede ser escultor de su propio cerebro”.
– Según cómo nos hablamos a nosotros mismos, moldeamos nuestras emociones, que cambian nuestras percepciones. La transformación del observador (nosotros) altera el proceso observado.

No vemos el mundo que es, vemos el mundo que somos

– Las palabras por sí solas activan los núcleos amigdalinos.
Pueden activar, por ejemplo, los núcleos del miedo que transforman las hormonas y los procesos mentales. Científicos de Harvard han demostrado que cuando la persona consigue reducir esa cacofonía interior y entrar en el silencio, las migrañas y el dolor coronario pueden reducirse en un 80%.
– Solemos confundir nuestros puntos de vista con la verdad, y eso se transmite: la percepción va más allá de la razón. Según estudios de Albert Mehrabian, de la Universidad de California (UCLA), el 93% del impacto de una comunicación va por debajo de la conciencia.
– El miedo nos impide salir de la zona de confort, tendemos a la seguridad de lo conocido, y esa actitud nos impide realizarnos. Para crecer hay que salir de esa zona.
– **La mayor parte de los actos de nuestra vida se rigen por el inconsciente.** Reaccionamos según unos automatismos que hemos ido incorporando. Pensamos que la espontaneidad es un valor; pero para que haya espontaneidad primero ha de haber preparación, si no, solo hay automatismos. Cada vez estoy más convencido del poder que tiene el entrenamiento de la mente.
– Cambie hábitos de pensamiento y entrene su integridad honrando su propia palabra. Cuando decimos: “voy a hacer esto” y no lo hacemos, alteramos físicamente nuestro cerebro. El mayor potencial es la conciencia.
– Ver lo que hay y aceptarlo. Si nos aceptamos por lo que somos y por lo que no

somos, podemos cambiar.
Lo que se resiste, persiste. La aceptación es el núcleo de la transformación».

La Vanguardia Digital

4. Las energías pensantes

Se suele hablar mucho de energías positivas y energías negativas. Es una forma de hablar y aquí mismo lo haremos así. Pero en realidad, a mi parecer, ambos conceptos son inapropiados. Las energías son energías y punto. Como mucho, cualquier energía tiene más de positiva, por cuanto produce movimiento, calor, vibración, etc., (y eso es vida), que de negativa.
Ahora bien, si esa energía se emplea para destruir, sea de forma consciente o no, sea por descuido o no, etc., entonces podría hablarse de energía negativa o destructiva. Pero en sí misma esa energía es más buena que mala. Voy a poner un ejemplo muy claro: en mis tiempos de electricista y estando trabajando en la acometida eléctrica de un edificio en construcción, con un atornillador en la mano toqué sin querer dos pletinas metálicas que estaban a una tensión media y a un alto amperaje. El chispazo que dio aquello fue de impresión, el atornillador empezó a fundirse en mi mano y, mientras lo hacía, yo quedé pegado al mango sin poder moverme y con el corazón pugnando por saltarme del pecho. Cuando la parte metálica del atornillador se fundió, salí despedido hasta que la pared de enfrente me paró.
Olía a chamusquina, pero lo más curioso fue que todos los pelos de mi cuerpo se erizaron como escarpias, mi cabeza era como una brocha gorda de pintor. Esa energía que me hizo esa faena, era exactamente la misma que iba a alumbrar las viviendas del edificio, mover los aparatos eléctricos, alimentar los televisores, la calefacción, etc. ¿Cómo podía yo pensar que era una energía negativa? Yo fui el negativo al poner el atornillador donde no debía.
Pues eso mismo es lo que ocurre con la energía que alimenta nuestros pensamientos. Si nuestros pensamientos están llenos de cosas que la cortocircuitan (atornilladores, ideas, palabras, sentimientos, emociones, recuerdos, etc.), la energía que desprendan no servirá para nada bueno, será más bien obstructiva y destructiva; en caso contrario, esa energía será positiva y liberadora, y nos ayudará en la **buena suerte**.
No hay que desconectar y apagar esa energía, sólo hay que cambiarla de signo y aprovecharla redirigiéndola a lo que deseemos.

Una autora de la Nueva Era muy conocida por sus libros, que se hallan en todas las librerías, pero que a mí me da cierta prevención, es Louise Hay. Ha resucitado el concepto de que somos luz, y que esta nos puede remediar de todos los males.

Pretender que afirmando lo de "¡eres luz!" una y otra vez, se puede mejorar alguien de adicciones, depresiones, etc., puede ser algo peligroso. Este concepto de que somos luz ya lo manejaban los gnósticos del siglo II, algunos místicos, como el maestro Ekhardt en el siglo XIII, y es idea básica en la Cienciología de la que hablaremos un poquito más adelante, y a la que pertenece también esta buena señora, que dice haber ayudado a miles de personas con sus técnicas.

Aún así, podría ser que tuviera algo de razón, ya que, como dice Gregg Braden, desde el punto de vista de la ciencia, y no de la mística:

> "En nuestra siempre cambiante visión de la creación, muchos científicos ahora creen que todo lo que conocemos como nuestro mundo, en esencia está formado por la misma sustancia, de diminutas partículas de luz (quantos) que vibran a diferentes velocidades. Algunas formas de luz vibran tan despacio que aparecen en la forma de minerales y rocas. Otras vibran más deprisa y se manifiestan como plantas, animales y personas, mientras que otras mucho más rápidas son las que crean nuestras ondas de televisión y de radio. Pero, en último término, todas ellas pueden reducirse a una cualidad de luz vibratoria".

Pero más nos interesa aquí lo que Louise Hay dice en su libro *101 pensamientos poderosos*, uno de los cuales sería:

"Nuestro futuro está siempre presente en nuestros pensamientos actuales. Lo que pensamos y decimos en este momento está creando nuestro futuro. Así pues, ten magníficos pensamientos y tendrás un futuro magnífico".

Independientemente de esto y sin que nada tenga que ver con lo anterior, el biofísico Fritz-Albert Popp también andaba jugando con la luz. "Nuestro cuerpo produce una luz débil de 380 nanómetros", decía. Cuando comemos verduras, tomamos fotones y los almacenamos... La luz, una onda electromagnética, queda almacenada... Los fotones activan los procesos corporales como un director de orquesta... Las ondas de luz también responden a la pregunta de por qué el cuerpo podía realizar tareas complicadas instantáneamente con distintas partes del cuerpo o hacer dos o más cosas a la vez... Uno de los almacenes y una de las fuentes esenciales de emisión de biofotones es el ADN... Los seres humanos emitimos 10 fotones por cm cuadrado por segundo.

Descubrió que, sin embargo, el cuerpo humano más sano era el que tenía la luz más baja y coherente (Lynne McTaggart).

Si los biofotones actúan sobre el ADN y este es el que da las

instrucciones al resto del organismo, ¿podrían ser estos los transmisores de información?
Pues veamos el siguiente estudio publicado por la Cornell University (Ithaca), por Majid Rahnama y otros, en donde se expone de una forma bastante explícita que nuestras células y neuronas producen y transaccionan con biofotones.

.

Los biofotones y la capacidad de sincronización de la mente

> "En los últimos años, un creciente número de trabajos muestran evidencias científicas del papel que los fotones juegan en el funcionamiento básico de las neuronas y en general de las células del organismo humano. La mayor parte de esta evidencia, proviene de producir un 'apagón de laboratorio' y proceder al cómputo de fotones que las neuronas producen. La sorpresa para muchos científicos, ha sido comprobar cómo la producción de luz era realizada por la mayoría de las células, mientras gestionan sus funciones en el organismo. Pero lo que realmente ha sido una verificación interesante es comprobar cómo la mayoría de las células utilizan la luz para comunicar, existiendo evidencias de que las plantas, las bacterias y las neuronas se comunican por la transmisión de fotones. Las neuronas constituyen un marco de estudio excepcional, ya que la producción, transmisión y comunicación fotónica ha sido ya verificada en diversos experimentos de laboratorio.
> Los estudios concluyen que la comunicación fotónica se realiza mediante los microtúbulos y que la producción de aminoácidos es crucial en el proceso de comunicación y coordinación de las funciones cerebrales y motrices con el resto de los mecanismos del cerebro".

Finalmente me gustaría traer aquí la noticia de que se ha conseguido ya almacenar una imagen en un fotón; y lo que dice la profesora mexicana de Farmacología, Fitoquímica, Biología Marina y Geriatría, Esther del Río, que afirma que parte del agua que compone el cuerpo humano es especial, ya que está compuesta de cristales líquidos en forma de cletratos. Siendo eso lo que permite que en el interior de nuestro organismo la luz viaje a velocidades increíbles transmitiendo información.
Las células tienen una capacidad de fotorreacción, por la cual consiguen su propio equilibrio y autosanación.
A partir de esa premisa, el naturópata francés J. H. Mula, ha puesto a punto los filtros de luz solar llamados Bioluminis, para aplicar la que también llama Bío-Foton-Terapia, con la que consigue buenos resultados a tenor de lo que hemos visto en sus charlas y clases.
Y mi amiga, la poetisa granadina, Ana Mª Merino del Castillo, en su libro *Amaneceres de luz,* editado en Amazon, dice estas palabras tan significativas.
"Pero tú, que eres TODO, porque del TODO procedes, necesitas de la TOTALIDAD para tener significado".

En sánscrito la palabra rueda se dice chakra. Los Vedas[59] utilizaron este término para denominar los centros energéticos del cuerpo humano. Hay siete chakras principales y varios secundarios que corresponden con puntos de acupuntura. Cada uno de ellos se asocia con alguna de las glándulas endocrinas dentro del cuerpo físico.

El hinduismo y algunas culturas asiáticas consideran que pueden ser seis o siete esos centros de energía principales, invisibles e inmensurables. En Occidente se consideran siete.

La investigación científica sobre la acupuntura y los chakras está todavía en estado embrionario –dice Zamperini en *Les energies subtiles*–. Bueno, por lo menos se les está prestando atención, que no es poco, algo que hasta no hace nada se lo consideraba una superchería.

Gracias a la electrónica, muchos investigadores confirman la existencia de los meridianos y puntos de acupuntura. Como ya hemos dicho, hay aparatos en el mercado que los detectan.

Aunque, por lo visto, esto no es suficiente para los detractores. Pedro Pérez, acupuntor y apiterapeuta me dice que las abejas son auténticas acupuntoras. Solo pican, aún sabiendo (se supone) que morirán, en lugares desequilibrados del cuerpo, los cuales sienten como amenazas. Dejarse picotear por una de sus abejas es un verdadero placer; entrar en su clínica doblado de dolor de espalda y salir todo derecho es aun mejor. Desgraciadamente ya se jubiló.

El estudio de los chakras está menos desarrollado y se los define en estos lares, como "zonas circunscritas del espacio externo del cuerpo físico que se caracterizan por estados de hiperconductibilidad", o sea, una conductibilidad energética más elevada que lo normal. Son zonas que presentan actividades magnéticas insólitas, con concentraciones anormales de iones, de electrones y de otras partículas libres.

Bien, pero ¿qué tiene que ver todo esto con nuestro deseo de **buena suerte**?, te preguntarás. Pues mucho, si analizamos, veremos que son precisamente los puntos o ruedas giratorias en donde se concentran las bioenergías. Digamos que por donde se carga y descarga la energía sutil que nos lleva al equilibrio o desequilibrio de las siete estrategias naturales (ver más adelante: **El método del Dr. Ignacio González**), y una de ellas, precisamente la quinta, es la que nos servirá más adelante para centrarnos y activar la energía necesaria para conseguir nuestra **buena suerte**.

Los siete chakras o ruedas de energía

La energía vital entra en un chakra cuando uno se siente seguro, competitivo, feliz, alegre, ilusionado y positivo y sale cuando hace

sentir miedo, merma del ego, tristeza, negatividad, etc.
No todos los autores que tratan sobre los chakras coinciden al cien por cien en su significado o tipo de energía que manejan, ni siquiera con los colores que los representan. Aquí voy a poner tres ejemplos sobre cómo los interpretan:

I - Judith Anodea

1. **Shasrara**. Violeta, pensamiento, conocimiento, alto del cráneo.
2. **Ajna**. Índigo, intuición, imaginación, frente, vista.
3. **Vishuda**. Azul, comunicación, creatividad, garganta, oídos.
4. **Anahata**. Verde, amor, pulmones, corazón, brazos.
5. **Manipur**A. Amarillo, poder, voluntad, plexo solar.
6. **Swadhisthana**. Anaranjado, deseo, bajo vientre, sexualidad.
7. **Muladhara**. Rojo, supervivencia, perineo, suprarrenales.

II - Dr. Ignacio González (Fénix)

1. **Violeta**. Fe, en la coronilla.
2. **Morado**. Fuerza de voluntad, intuición, centro de la frente.
3. **Azul**. Empatía, comunicación, amistad, en el cuello.
4. **Verde**. Amor, en el esternón.
5. **Dorado**. Riquezas, en la boca del estómago.
6. **Naranja**. Salud, dos dedos por debajo del ombligo.
7. **Rojo**. Sexualidad, localizado en el perineo.

III - Dr. Amit Goswami

1. **Corona**. Autoconocimiento, neocórtex, pineal, energía, gozo...
2. **Frontal**. Evolución, cerebros medio y posterior, intuición, calor.
3. **Garganta**. Expresión de sí mismo, pulmones, garganta.
4. **Corazón**. Autodistinción, corazón, timo, sistema inmune, dolor…
5. **Ombligo**. Orgullo/falta de dignidad, inseguridad...
6. **Sexo**. Reproducción, sexualidad y amor...
7. **Raíz**. Eliminación de residuos, riñones, vejiga, int. grueso, miedo...

Para nuestro objetivo de la **buena suerte**, la interpretación que mejor nos va es la segunda (Dr. González).
Allí, como hemos dicho, en el chakra 5, en el vientre, está situada la riqueza.

Capítulo III

El método científico

Toda la historia de la ciencia nos enseña que
siempre que hombres sabios y educados, de
cualquier edad, han negado los hechos
de otros investigadores basados
en argumentos a priori,
'absurdo o imposibilidad',
los que negaban siempre
han estado equivocados.
ALFRED RUSSEL WALLACE

Ser un revolucionario en la ciencia actual
es coquetear con el suicidio profesional.
LYNNE MCTAGGART

NOTA PRELIMINAR

Este capítulo no es para convencerte de nada. Puedes saltártelo entero si consideras que ya estás convencido de que hay maneras lógicas y científicas de atraer la **buena suerte**. No pretendo que te aprendas nada de lo que sigue, ni tan siquiera que lo comprendas. En cualquier caso, te vendrá bien para ilustrarte.

1. Qué dice la Ciencia

De algún extraño modo, el universo
es un universo participativo.
JOHN A. WHEELER

La Ciencia (con mayúscula inicial) nunca existió.
Hasta ahora sólo han existido conjuntos de
ciencias particulares con diversos lenguajes,
métodos y calidades, cada cual los suyos,
pero que se parecen muy poco entre sí.
DR. LUIS CENCILLO

Por ejemplo, ¿en qué se parece el quehacer de un físico o un matemático al de un médico o un psicólogo? En nada. Entonces, ¿por qué estos últimos tendrían que aplicar métodos físicos o matemáticos a sus quehaceres? Es absurdo y un paralogismo total.
¿Para qué, narices, necesita un psicólogo que se quiera adentrar en lo más profundo del inconsciente (más del 90% de su personalidad) de un paciente de esos "bichitos" tan esotéricos como son los números?
Para nada y, sin embargo, las Facultades de Psicología torturan a los futuros psicólogos con los mismos (¡todo por parecer más científicos!).

¡Serán más matemáticos, pero no más científicos!
Un médico o un psicólogo no trabajan con piedras, ni siquiera con animales (bueno, alguno puede que sí), sino con personas y de estas no hay dos iguales en todo el mundo. Un ser humano no sólo se diferencia de otro por su cara y su cuerpo, sino también por su mente y, por tanto, encontrar igualdades en ambos aspectos o en conjunto, es harto difícil o más bien imposible. Por tanto hacer ciencia así, sólo es posible por aproximación.
¿No vale esta forma de hacer ciencia? Entonces es que ni los médicos, ni los psiquiatras, ni los psicólogos, ni los antropólogos, ni los sociólogos, ni menos aún los políticos, etc., sirven para nada. El viejo axioma de que "no hay enfermedades sino enfermos", no deja de ser cruel para los científicos que quisieran que eso no fuera así.
Pero lo es. Sería todo tan fácil para ellos, ¿verdad? Pero no, no se puede hacer ciencia física o matemática con las personas y mucho menos con su parte más importante, ese 90% ya dicho.

* * *

Así pues, ¿realmente se puede decir que hay un proceso o método científico capaz de atraer la **buena suerte**? Es decir, el método o los métodos empleados para atraer riqueza, ¿siguen los criterios de los métodos científicos aceptados comúnmente hoy día para calificarlos de científicos?

Recordemos que los métodos científicos hoy al uso, deben responder a criterios de reproducibilidad, según Karl Popper (1902-1994), es decir, de capacidad de repetir un determinado experimento en cualquier lugar y por cualquier persona; de falsabilidad (o refutabilidad) es decir, la capacidad de una teoría de ser sometida a potenciales pruebas que la contradigan (un ejemplo muy sencillo que nos ayuda a entenderlo: para justificar la generalización de que "todos los cisnes son blancos"[60], según el método hipotético deductivo, tendríamos que buscar a todos los cisnes para comprobar que todos son blancos, algo imposible. En cambio con este método habría que hacer lo contrario, buscar un cisne de cualquier otro color, verde, negro, etc... Así sólo necesitamos encontrar un solo cisne diferente para 'falsar' esa hipótesis, algo mucho más fácil, o sea, de capacidad de repetir un determinado experimento en cualquier lugar y por cualquier persona; de falsabilidad (o refutabilidad) es decir, la capacidad de una teoría de ser sometida a potenciales pruebas que la contradigan (un ejemplo muy sencillo que nos ayuda a entenderlo: para justificar la generalización de que "todos los cisnes son blancos", según el método hipotético deductivo, tendríamos que buscar a todos los cisnes para comprobar que todos son blancos, algo difícil si no imposible. En cambio con este método habría que hacer lo contrario, buscar un cisne de cualquier otro color, verde, negro, etc... Así sólo

necesitamos encontrar un solo cisne diferente para falsar esa hipótesis, algo mucho más fácil.
¿Se podría considerar como tal un método, en su criterio de reproducibilidad, para atraer riquezas o **buena suerte** y, por tanto, con resultados replicables, verificables y tangibles por cualquier persona supuestamente preparada? Taleb aclara muchas ideas sobre la suerte o el azar y hasta qué punto solemos confundirlo con lo que llamamos **éxito**.
Según Taleb, la sabiduría de Solón se fundaba en tres puntos:

1. Aquello que se obtiene gracias a la buena fortuna se pierde con facilidad, mientras que lo que se obtiene con poca intervención del azar suele ser más resistente a pérdidas repentinas.
2. Los eventos que parecen muy improbables en un momento dado pueden ocurrir y de hecho ocurren en más ocasiones de las que nos gusta creer. Taleb los llama "eventos raros" o "cisne negro".
3. No importa la probabilidad de un evento si sus consecuencias son demasiado costosas para afrontarlas.

El científico que siga a Karl Popper, me dirá que, puesto que no es posible comprobar todos los casos, habrá que ir al criterio de falsabilidad y observar si hay algún caso en que el método falle, y que a buen seguro lo hay. Le vamos a ahorrar el trabajo de buscar a nadie: cientos de miles, si no de millones de personas que en el mundo han visto o leído *El Secreto*, se puede decir que se han quedado como estaban de pobres. Y allí se afirma una y otra vez por boca de gente nada inculta, sino todo lo contrario, que la Ley de la Atracción es tan cierta como la de la gravedad. Y es gente que, gracias a esa "ley", ha conseguido riquezas u otros beneficios importantes en sus vidas. Si esa ley es así y es universal, ¿es que hay otra ley contraria que hace que nadie quiera ser rico o consiga lo que desee?
Aunque a mí personalmente no me parece que esta sea una ley tan universal y, por tanto, semejante a la ley de la gravedad, me voy a tomar la libertad de hacer una comparación que voy a entresacar de la obra *El Campo,* de Lynne McTaggart y se vea que no me invento nada: "En Medicina, un método de determinar el tamaño de un efecto es hallar el número de personas supervivientes en una muestra de 100 individuos. Un efecto 0,03 en una situación médica de vida o muerte, significaría que sobrevivirían 3 de 100, y un efecto de tamaño 0'3 significaría que sobrevivirían 30". Y "si, por ejemplo, en una operación de corazón, de 100 personas sobreviven normalmente 30, y administrándoles un nuevo medicamento con un efecto de tamaño 0,3 se alcanza una supervivencia mucho mayor, es que ofrecerles el medicamento a los pacientes, doblaría virtualmente las probabilidades de supervivencia".
En definitiva, lo que quiero decir es que posiblemente exista algún medicamento en el vademécum de las farmacias que sea

absolutamente inocuo (es decir, sin efecto secundario alguno), además de totalmente efectivo en todo caso y lugar, pero todos sabemos que la inmensa mayoría de ellos no son así, sin embargo, nos fiamos y nos arriesgamos, porque creemos que vamos a tener **buena suerte** y ese medicamento nos va a curar también a nosotros y no nos va a producir efectos secundarios. Si con algo en que nos va la vida, contamos con que el médico es un "científico", y obramos así, ¿qué importará si nuestra ley es o no es Ley?

Dice el Dr. Jorge Carvajal (Medellín), experto en Bioenergética, que "no tenemos que esperar la bendición del método científico para disfrutar del milagro vivo de la vida cada segundo. La vida se demuestra a sí misma en el ojo del científico que intenta descubrirla detrás del microscopio". Igual ocurre con todo lo demás.

* * *

A Galileo (1564-1642) se le considera el padre de la ciencia moderna por su uso del lenguaje matemático para formular las leyes naturales que descubrió. Su enfoque empírico y su uso de una descripción matemática de la naturaleza, se convirtieron en los aspectos dominantes de la ciencia en el siglo XVII y permanecen como criterios importantes de las teorías científicas hasta hoy. Es la tiranía científica.

Galileo postuló que debían restringirse a estudiar las propiedades esenciales de los cuerpos materiales que puedan medirse y cuantificarse. Otras propiedades, como color, sonido, gusto u olor, eran para él meras proyecciones mentales subjetivas que debían excluirse del dominio de la ciencia[61]. Dirigir la atención del científico a las propiedades cuantificables de la materia ha resultado ser exitosa en la ciencia moderna, pero también ha exigido un alto precio, como el psiquiatra R. D. Laing nos recuerda: "Quedan por fuera, vista, sonido, gusto, tacto y olor y junto con ellos se van la estética, la sensibilidad ética, valores, cualidad, forma; todos los sentimientos, motivos, intenciones, conciencia, espíritu, alma". Es la tiranía de la ciencia, digo yo.

Pero hoy día esto está cambiando bastante, aunque quizá no por los derroteros deseados. Entre los científicos puros y duros, neurobiólogos, etc., algunos se van directamente a la explicación de que la mente está hecha de alguna sustancia espiritual. Pero yo me pregunto: si eres neurobiólogo, por tanto, científico a tu manera, ¿cómo has podido ver algo que es espiritual? ¿De dónde sale ese espíritu y cómo influye en mi mente?

Otros creen que la mente y todas sus manifestaciones son un producto del cerebro y siguen considerando que todo está dentro del cráneo y que lo que allí hay es lo más parecido a una máquina (concepto este ya bastante anticuado) que "segrega" (como decía nuestro Ortega y

Gasset) pensamientos, ideas, alegrías y tristezas. Aunque nunca jamás se haya visto a una neurona segregando nada de eso. Ni siquiera la silla, en que estoy pensando ahora, está en mi mente como tal silla. Cuando entró en mi mente su imagen, ¿lo hizo en código binario? Si así fuera, bastaría con buscar el código fuente de mis neuronas y quizá allí saldría un chorro de ceros y unos que nos diera razón de mi silla. Mucho me temo que no existe tal código binario, aunque sí existe otro código que llamamos del **Universo**, que es con el que cualquier ente, vivo o no vivo, viene a este mundo, impreso en su propio ser y que hemos descubierto por medio de la **Radiestesia Científica** con la que operamos[62] y con la que se puede encontrar desde petróleo hasta personas desaparecidas. Por lo tanto, nada emana o se segrega de las neuronas.

Y ese disco duro de nuestro cerebro puede que esté ya hasta los topes (por decirlo de una manera un tanto figurada, ya que en realidad el cerebro es más un rúter que un disco de memoria).

A mi parecer no es posible que yo pueda imaginarme todo un elefante que, de alguna manera, esté dentro de mis neuronas, aunque sea en miniatura, y que en un instante aparezca y desaparezca de mi mente a voluntad. Podríamos pensar en el ordenador. Programas una página web en la que incluyes la imagen de un elefante, la mandas al servidor que aloja dicha página y allí se queda este hasta que alguien la llama desde la lejanía y le aparece en su pantalla de ordenador. En forma estática, si está codificado en jpg, bmp, png, gif, etc., o dinámica, si en un gif animado, un vídeo, etc. Al servidor le has mandado no la imagen de un elefante (aunque te lo parezca) sino un chorro de ceros y unos, un chorro de bits; y lo que ves es un elefante. Lo que quiero decir es que, de alguna manera, cualquier cosa que puedas mandar a un servidor de Internet son bits. Pero el ordenador te muestra otra cosa. El ordenador no puede mostrar nada más que eso. No muestra bits, ni cosas diferentes al elefante que le has mandado.

Tampoco el ordenador puede hacer por sí solo (si no se le programa adecuadamente) otra cosa que mostrarte el elefante tal y como lo mandaste; ni si es una película haga otra cosa que lo que hace. Una y mil veces la reproduces y siempre los planos son los mismos, las poses son las mismas, los colores son los mismos, las expresiones son las mismas. Es una máquina.

Sin embargo, el elefante de mi mente, ¿he dicho ya que puede bailar apoyándose con la trompa y saludar con el rabo, cantar un bolero o cambiar de color a voluntad?

Bien, sabemos por la informática, que cualquier objeto, animal o cosa, se puede convertir en un código de bits. No sabemos si una manzana podrá tener el mismo chorro de bits que un caballo, pero sí sabemos que los **códigos del universo** son únicos y, conociendo el código de

algo que se nos haya perdido, podremos encontrarlo.
Quizá lo que prima más entre los neurocientíficos más adelantados sea la opinión que entresaco de la obra *El reloj de la sabiduría,* del neurocientífico materialista Francisco Mora:

> "En neurociencias ya no se habla de mente, porque la mente, como entidad absoluta, no existe. La 'mente' como identificativa de un individuo, es decir, aquello que refiere a algo estático o permanente, insisto, no existe. Lo que realmente existen son los procesos mentales, esto es, procesos, eventos o sucesos caracterizados en términos de actividad neural que cambian con el tiempo (códigos en patrones de tiempo) en circuitos interconectados y distribuidos a lo largo y ancho del cerebro... Para la mayoría de los neurocientíficos actuales la mente no es una entidad espiritual o inmaterial, ni un producto emergido o causado por el cerebro y diferente del cerebro. La mente es la actividad del mismo cerebro".

Palabras de científico materialista puro y duro. Pero tomemos el hilo anterior, el de los ordenadores y los bits. Si cualquier cosa física se puede convertir a imagen (incluso las no físicas, pasándolas previamente a símbolos), y esas imágenes, convertidas en bits, las podemos colocar en un ordenador y hacerlas viajar por el espacio, para que, por cualquiera y en cualquier parte del mundo, al instante y con un simple toque de dedo en un tecla, la pueda hacer presente y real a su vista, ¿por qué es tan difícil de comprender para muchos "científicos" que algo tan sencillo y "mágico", no pueda, salvando las diferencias que haya que salvar, explicar cosas como que el cerebro emite energía y que esa energía va cargada de bits (o como quiera llamárselos) que producen efectos que, debidamente transformados del código-mente a la realidad, se transforman en realidades exactas a las del emisor? La televisión hace algo similar, y el cine. Pero evidentemente falta algo: lo que recibimos es una imagen que podemos copiar, imprimir, reenviar, etc., pero no es la realidad que representa. Es sólo su imagen. Y una imagen, aunque digan que vale más que mil palabras, no nos vale para nuestro objetivo, ¿para que nos serviría una imagen de un millón de euros? Con la imagen de un billete, por mucho valor que tenga impreso, no te venden ni una barra de pan.
Pero... ¿no habíamos quedado en que yo puedo hacer que mi elefante mental baile apoyándose con la trompa?

Dice el científico y visionario Gregg Braden:

> "No estamos limitados por las leyes de la física, ni por las leyes de la biología, tal como las conocemos hoy. Nuestro ADN es un código que podemos cambiar y 'actualizar' por elección".

Y:

> "Los textos de Qumrán nos recuerdan que somos el producto de una unión muy

especial, un matrimonio sagrado entre el alma de los cielos y el tejido de nuestro mundo. El principio afirma que todos sin excepción formamos parte de todo lo que vemos como nuestro mundo, y que estamos íntimamente interconectados dentro del mismo. Mediante hilos invisibles y cuerdas interminables, somos parte de cada una de las expresiones de la vida. Cualquier roca, árbol y montaña, cualquier río y océano forma parte de nosotros. Quizá lo más importante sea que a ti y a mí nos recuerdan que ambos formamos parte el uno del otro".

"Todas las culturas –menos las occidentales– Egipto, Tíbet, India, las tradiciones de Los Andes, Bolivia, Perú, etc., saben que nuestra experiencia interior afecta al mundo. Está demostrado que nuestras experiencias internas influyen en el mundo a través del espacio.

Nuestra ciencia lo ha ignorado. El espacio no está vacío como creíamos, está lleno de una esencia viva oscilante que empezamos a entender. Es tan nueva que todavía no nos hemos puesto de acuerdo sobre su nombre: holograma cuántico, mente natural, mente divina, el campo, la matriz, mente consciente e inteligente... que es la matriz de la materia, etc., y podemos influir en ese campo no con la mente sino con el corazón: amor, compasión, comprensión, perdón, etc., que son emociones coherentes y cambian la autoestima y alteran los campos electromagnéticos del corazón que, a su vez, cambian la materia que forma lo que nos rodea. El corazón es el campo magnético y eléctrico más fuerte del cuerpo, más que el cerebro. Los sentimientos inciden en el campo que interconecta la materia y alteramos la realidad de forma casi milagrosa. Todo está conectado y formamos parte de ello".

* * *

Si tenemos que traspasar fronteras para avanzar, nos vendría bien detenernos en personajes que lo hicieron anteriormente. Podemos aprender mucho de cómo lo hicieron. En este caso quiero traer aquí el ejemplo de algunos de ellos.

A) Karl H. Pribram (1919-2015), psicólogo y neurocirujano, fue el creador de la teoría del modelo holográfico del cerebro. Se asoció con David Bohm y Stanislav Grof (ver más abajo). Completa su pensamiento con las visiones de estos últimos.

En *Los lenguajes del cerebro* especifica que "en la esfera holográfica[63], cada organismo representa de alguna manera el universo, y cada porción del universo representa de alguna manera a los organismos dentro de ella".

"Hasta ahora, los científicos apenas están familiarizados con el Orden Implicado (Bohm) que, sin embargo, parece que lo exploraron experimentalmente con anterioridad los psíquicos, los místicos y otros que ahondaron en los fenómenos paranormales. Si las reglas para 'sintonizar' con la esfera holográfica implícita, pudieran hacerse más explícitas, tal vez podríamos llegar a algún acuerdo acerca de lo que constituye el orden básico primario del universo".

Bohm unificó las ciencias y las humanidades y fue premiado en más de 20 ocasiones en diversos campos.

B) Itzhak Bentov (1923-1979). Fue un científico checo, (fallecido tempranamente en un accidente de aviación), inventor, místico y escritor. Fue uno de los primeros exponentes de lo que ha venido en llamarse como los "estudios de la consciencia".
Fue el primero en desarrollar lo que es ahora ampliamente aceptado como un modelo holográfico de la realidad. Su más conocida obra es *Stalking the Wild Pendulum: On the Mechanics of Consciousness (Al acecho del péndulo salvaje: sobre la Mecánica de la Consciencia*, que estamos traduciendo ahora al español, ya que no hemos encontrado versión alguna en esta lengua), en la cual describe su teoría del Universo del Continuo Big Bang, una forma del Eterno Retorno.

Sus ideas

- Nuestros cuerpos son espejos de todo el universo, a cualquier nivel.
- La vibración penetra todas las cosas.
- El universo y toda la materia están hechos de conciencia en el proceso de desarrollo a los más altos niveles.
- Nuestros cerebros son receptores y amplificadores de pensamientos, no los origen del pensamiento.
- Todo conocimiento que ha sido generado alguna vez, es potencialmente útil para nosotros desde cualquier otra conciencia en el universo.
- El universo es un holograma. El cerebro es un holograma interpretando un universo holográfico.
- Activar la kundalini[64] implica un ordenamiento homogéneo de los dos polos eléctricos en el área del cerebro conectada con el Sistema Nervioso Central, haciendo esa área un material conductor, más que un semiconductor.

Para Bentov, al igual que para Bohm y otros, la materia es vibración y las partículas son "paquetes de ondas". Todo el universo oscila como un péndulo, nuestro propio cuerpo lo hace a razón de 7 veces por segundo, al tiempo que vibra internamente.
Bentov llega a la conclusión increíble de que el péndulo tiene unos rasgos curiosos en los puntos estacionarios, aquellos en que se para arriba, y vuelve hacia atrás. Así, en el momento en que el péndulo se para del todo e inicia su camino de vuelta, este atraviesa un punto cero en que es imposible sostener que haya una relación causal entre el tiempo y el espacio. En esos dos puntos estacionarios, el péndulo se convierte, en unos segundos, en algo inmaterial y se expande hacia el espacio a una velocidad infinita.

C) Rupert Sheldrake (1942)

Campos mórficos

Sheldrake es uno de los biólogos más controvertidos de nuestra época. Sus teorías están revolucionand no sólo la rama científica de su campo, sino que están influyendo en otras disciplinas como la Física y la Psicología. Los científicos ortodoxos lo acusan de introducir la Filosofía en la ciencia (¡qué estupidez cuando todo el mundo sabe que todo conocimiento humano sale de la Filosofía!). Cuando publicó el libro *Una nueva ciencia de la vida,* apareció en Inglaterra un editorial de la revista científica Nature, que lo consideró "el mejor candidato a la hoguera que ha habido en muchos años", y sostenía que sería una pérdida de tiempo y dinero el contrastar sus conjeturas. Sus ideas han sido a menudo recibidas con hostilidad por algunos científicos, incluidas acusaciones de estar comprometido con las pseudociencias.

El Dr. Sheldrake introdujo en su libro, la teoría de los campos mórficos (o sea, "campos de formas"), campos, patrones o estructuras de orden, como él llama a los **campos no-locales**, aquellos no relacionados causalmente (sic). Los define algo así como regiones materiales de influencia (pero de estructuras inmateriales, por lo tanto no perceptibles empíricamente) que actúan a través del tiempo y del espacio. Se localizan tanto en los sistemas que organizan como a su alrededor. Son patrones organizados de influencias y pueden volver a aparecer físicamente en otro tiempo y lugar, en el momento y lugar en que las condiciones físicas sean adecuadas. Contienen una especie de memoria acumulativa y tienden a ser cada vez más habituales. La innovación de Sheldrake consistía en que sus campos mórficos incluían a los morfogenéticos, de alguna manera, pero que se mantenían en la naturaleza evolucionando o modificándose con la misma.

Campos morfogenéticos (o sea, "generadores de formas") era un concepto expuesto hacia los años 20 del siglo XX por un grupo de biólogos, para explicar los patrones de crecimiento y formación de los organismos, pero con la limitación de que se pensaba que al morir el organismo, este campo se desvanecía.

En *Biología del desarrollo* estudia los procesos mediante los cuales los organismos crecen y se desarrollan en un **campo morfogenético**, es un área localizada del embrión que tiene efectos sobre el desarrollo de determinados órganos.

El primer campo morfogenético fue descubierto por **Hans Spermann** en sus experimentos con cristalinos de rana y, más tarde, en sus experimentos con gástrulas de anfibios, lo que le valió el Premio Nobel.

Sheldrake toma posiciones en la corriente organicista u holística clásica, sustentada por nombres como Karl L. von Bertalanffy (1901-1972) y su *Teoría General de Sistemas,* para cuestionar de forma tajante la visión mecanicista que da por explicado cualquier comportamiento de los seres vivos mediante el estudio de sus partes constituyentes y posterior reducción de los mismos a leyes químicas y físicas.
Estos **campos mórficos**, según Sheldrake, ayudan a comprender cómo los organismos adoptan sus formas y comportamiento característicos, permiten la transmisión de información entre organismos de la misma especie sin mediar efectos espaciales. Es como si dentro de cada especie del universo, sea esta una partícula o una galaxia, un protozoo o un ser humano, existiese un vínculo que actuara instantáneamente en un nivel subcuántico fuera del espacio y el tiempo. Este vínculo es lo que Sheldrake denomina **campo mórfico**.
Estos campos son equivalentes a un campo electromagnético, y son básicamente copias no-físicas que dan nacimiento a las formas. Al tratarse de una transmisión de información y no de energía a través del tiempo y el espacio, sin ninguna pérdida de intensidad después de haber sido creados, ello no contradice la Teoría de la Relatividad. Por ejemplo, un roedor australiano puede conocer sin que exista transmisión material alguna, simplemente por resonancia mórfica, algo aprendido por otro roedor de su misma especie en San Petersburgo. Siguiendo con el ejemplo, si llevásemos desde San Petersburgo a Australia un enemigo natural del citado roedor, el pariente australiano del roedor reconocería al momento a su enemigo, al igual que lo hacía su pariente ruso. El término campo mórfico es, por tanto, más general e incluye incluso otras clases de campos de organización, aparte del de morfogenético.

Resonancia mórfica
Esencial al modelo de Sheldrake es la hipótesis de la resonancia mórfica, que es un mecanismo de retroalimentación entre el campo y sus correspondientes formas de las unidades mórficas. A mayor grado de semejanza, mayor grado de resonancia, haciendo la existencia de una nueva forma semejante más fácil.
Sheldrake propone que el proceso de la resonancia mórfica se dirige a establecer los campos mórficos, los cuales son significativamente más fáciles de sintonizar. Sugiere que ésta es la manera en que un organismo más simple se forma y autoorganiza sinérgicamente en otros más complejos y que este modelo permite una diferente explicación para el proceso de la misma evolución, como una adición al proceso de la evolución darwiniana de la selección de las especies[65]. Estos campos unificados de consciencia son equivalentes a

un campo electromagnético, y son básicamente copias no-físicas.
Los campos mórficos son regiones de influencia en el espacio-tiempo, localizadas dentro y alrededor de los sistemas que ellos organizan.
La teoría de los campos mórficos no explica, sin embargo, cómo se puede almacenar la información en ellos para transmitirla después.

* * *

Solo nos queda un paso que dar, y es saber por qué buena parte de los expertos en atracción y **buena suerte** buscan el apoyo de la Física Cuántica.
El físico cuántico indoamericano, Amit Goswami, se hace eco en *Evolución creativa*, de las teorías de Sheldrake sobre los campos morfogenéticos, de los que dice que "nos proporcionan una profunda explicación del sentimiento". ¿Hay pruebas de la existencia de los campos morfogenéticos? Se pregunta. Y la respuesta es que sí, dando a continuación una serie de ellas.
No voy a entretenerme en eso, pero sí puede resultar interesante saber, para nuestro propósito, que "no hace mucho tiempo que los neurocientíficos creían en la permanencia de las células cerebrales. Ahora, a nivel general, existe cierto entusiasmo con respecto a la plasticidad del cerebro. Por ejemplo, el aprendizaje cambia las células cerebrales, porque se construyen entre ellas nuevas conexiones sinápticas...[66]".
"El aprendizaje ocurre en el nivel somático; ¿cómo puede propagarse la información somática a los genes sin violar el dogma fundamental de la biología molecular? La respuesta es obvia cuando introducimos las plantillas vitales de los campos morfogenéticos. Esas plantillas están disponibles para crear formas cuando sea necesario".
Dice el dicho Dr. Carvajal, que "nosotros los occidentales no nos preguntamos tanto si algo funciona o no, sino cómo funciona. Y si no encontramos el cómo, negamos el hecho. Es la tiranía de la lógica como único uso de la razón la que nos ha llevado a posturas a veces irracionales".

2. Qué dice la Física Cuántica

Toda comunicación en el Universo
es una frecuencia pulsante.
LYNNE MCTAGGART

A fin de orientar al lector que no tenga ni idea de qué va esto, tengo que decir, que no se preocupe, que tampoco necesitamos ser expertos en esta ciencia, en absoluto y para nada de cuanto respecta a nuestro

propósito y objetivo. Se trata sólo de ilustrarnos.
El 'quantum' o 'cuanto' es algo que yo creo que ni los propios físicos cuánticos saben definir apropiadamente; el famoso científico Stephen Hawking, por ejemplo, lo definía como "una unidad indivisible donde las ondas pueden ser emitidas o atraídas". ¿Te has enterado? Imagino que a medias, como yo.
En la Wikipedia nos lo ponen todavía más difícil diciendo que es "el valor mínimo que puede tomar una determinada magnitud en un sistema físico, como la mínima variación posible de este parámetro al pasar de un estado discreto a otro". Pues, mira, da igual como quiera que lo definan. Nosotros a lo nuestro.
Bien, vamos a dejar esto así y vamos a explicar lo más someramente posible, en qué aspecto de la Física Cuántica[67] se apoyan todos los autores que han tratado el tema de la atracción, para fundamentar su teoría, que dicen es ley y, por tanto, de que dicha Ley de la Atracción de la **buena suerte** funciona... siempre. Para ir abriendo boca quiero decir que no toda la Física Cuántica es cien por cien racional o científica.
Se basa en hechos reales y comprobables, por lo que podría deducirse que, siendo así, debería ser todo científico, pero no. En el mundo subatómico las cosas no funcionan como en el mundo en el que nos movemos, o sea, causa-efecto, sino que en ese submundo se producen hechos totalmente irracionales e incomprensibles para nuestros científicos.
Vendría bien aquí exponer un sencillo ejemplo propuesto por el **Dr. Kinslow** para explicar por dónde nos movemos: una silla está compuesta por moléculas, éstas por átomos, éstos por partículas subatómicas y éstas por ondas. Debajo de todo ello está la fuerza vital, estado cuántico o campo punto cero del que habla McTaggart. De ahí para arriba es el mundo de las formas (cosas, pensamientos, sueños, deseos, etc.) y los límites, o sea, lo cuantificable, y de la energía; y de ahí para abajo está el mundo sin límites, informal, el "orden implicado" de Bohm, la vida inexpresada, la consciencia pura, la nada, de donde sale todo, incluida la energía.
Dice el físico y premio Nobel, **Richard Ph. Feynman** (1918-1988): "A muy pequeña escala, las cosas NO se comportan en absoluto como aquéllas de las cuales tenemos una experiencia directa. No se comportan como ondas, no se comportan como partículas, como nubes ni como bolas de billar, ni como un peso sobre una cuerda, ni como nada que se haya visto jamás".
Según la llamada Declaración de Copenhague, "en el mundo subatómico es imposible efectuar ninguna observación sin modificar lo observado" o, lo que es lo mismo, no existe la realidad sin que haya una mente consciente observándola.

Niels Bohr (1885-1962)[68] sostuvo con Einstein un debate respecto a la validez o no validez de las leyes de la Relatividad en el mundo subatómico.

Einstein sostenía que el universo material era "local y real", donde lo **local** apuntaba a que nada puede superar la velocidad de la luz, mientras que lo **real** apuntaba a que las cosas existen en una sola forma definida en un tiempo y espacio determinados. Bohr por su parte apelaba a la "función de onda" de las partículas subatómicas y al estado de "superposición"[69] que pueden presentar estas, en condiciones muy distintas a las que mantienen a los fenómenos macro.

Por ejemplo, dos electrones[70] podían estar en dos estados opuestos y extremamente alejados a la vez y lo que ocurre con uno, en determinado punto del universo, es experimentado por el otro al otro extremo del universo.

Esto podía ser producto de una de dos alternativas:

> **a)** Las partículas subatómicas se comunican unas con otras enviándose información respectiva sobre sus estados en dos puntos alejados del universo, por lo cual dicha información debiera viajar a mayor velocidad que la luz para alcanzar a llegar a destino a un tiempo simultáneo para que así se produzca la superposición, con lo cual la superposición se explicaría por la presencia de más de un electrón que se comunican en distintos puntos del universo. Esta explicación no atentaba con que las cosas fueran reales, mas no permitía que fuesen locales, dado que existiría una velocidad de comunicación mayor que la de la luz. La otra alternativa nos decía:
>
> **b)** Las partículas subatómicas pueden existir en dos o más estados a la vez. Éstas se mantienen bajo la forma de **probabilidades** de manifestación en estados precisos, mas **no se manifiestan en uno de estos hasta el momento en que son objeto de un estímulo determinado**, la **observación**[71], y es **solo, después del acto de observación, en que encontramos a la partícula en una coordenada específica de espacio y tiempo**. Aquí lo que se constata es la realidad misma, o el hecho de que en el mundo subatómico las cosas sean reales y se presenten en un estado específico en un tiempo-espacio preciso. En resumen, la postura de Bohr y de la Física Cuántica es que **en el mundo subatómico, las cosas no pueden ser reales y locales a la vez**.
>
> Dice la Wikipedia que es durante el desarrollo de este debate que se esgrimió la frase tan célebre por parte de Einstein: "Dios no juega a los dados". De dicha frase hay registros confiables, lo cual no ocurre con un supuesto contra-argumento por parte de Bohr hacia Einstein en el mismo debate, que dice: "¡Albert, deja de decirle a Dios cómo hacer las cosas!".
>
> La Física Cuántica también descubrió que las partículas cuánticas toman decisiones. Están propulsadas por una inteligencia. Y saben además instantáneamente, qué decisiones han tomado las otras partículas ¡en cualquier parte del universo! Este sincronismo a través del espacio y del tiempo, se efectúa sin mediar ningún tiempo ni atravesar ningún espacio.
>
> También se mueven instantáneamente sin tener que atravesar el espacio o gastar tiempo. Pueden ir desde un punto a otro sin tener que cruzar el espacio, es más, pueden comunicarse con partículas que ni siquiera están en el momento presente. Evidentemente estas partículas cuánticas no son cosas como las que estamos habituados a ver a nuestro alrededor.

Digamos que no son “cosas” que están en un “lugar” concreto y en un instante determinado. Están esparcidas por el tiempo y el espacio. Si eres “científico”, a ver cómo explicas esta irracionalidad.
El doctor Jeffrey Satinover, en *Cracking the Bible Code*, relata una investigación que plantea justamente esas posibilidades. Se registraron dos átomos, con propiedades muy distintas, en un acto que desafiaba las leyes de la naturaleza, tal como las entendemos hoy en día. Bajo las condiciones apropiadas, ¡los dos átomos estaban ocupando exactamente el mismo lugar en exactamente el mismo momento!

David Joseph Bohm (1917-1992) fue un físico americano, que hizo importantes contribuciones en los campos de la Física Teórica, la Filosofía y la Neuropsicología.
Es conocida su frase: “el mundo cabe en un grano de arena”. Ello implica la noción de que ningún objeto, persona o evento, es completamente autónomo o separado del resto.
En su obra *La Totalidad y el Orden Implicado,* Bohm propone un nuevo modelo de realidad que es un desafío revolucionario para la Física. En este modelo, como en un holograma, cualquier elemento contiene envuelto en él la totalidad del Universo. Este concepto de totalidad incluye tanto a la materia como a la mente.
Bohm explica que las bases de la teoría de la relatividad y su más revolucionario producto, la teoría cuántica, llevada a sus extremos, violan cualquier concepto sobre el cual basamos nuestra comprensión de la realidad. Ambas desafían nuestras nociones de nuestro mundo y de nosotros mismos.

- La totalidad de la existencia es algo completo e irrompible en un movimiento que fluye indiviso y sin fronteras.
- La materia y la mente son sólo diferentes aspectos de una realidad total e indivisa.
- La materia, como una totalidad, puede ser comprendida en términos de noción de que el orden implícito es la realidad inmediata y primaria.
- El orden explícito, entonces, es un caso particular y distinguido del orden implícito. La característica general de la física clásica es que todo puede ser analizado en partes separadas, partes que pueden ser consideradas tanto como pequeños cuerpos discretos, o bien como partículas ideales sin extensión (todo lo cual se relaciona sólo a través de fuerzas externas de interacción).
- En el dominio de la Física Cuántica, la clásica idea de la separabilidad del mundo en partes distintas pero interactivas, ya no es más un artículo de fe al cual uno se adhiera tan tenazmente.
- Estoy proponiendo una nueva noción de orden universal, que he denominado “el Orden Implicado o Implícito”; ‘implicado’ viene de una raíz del latín, que significa ‘envuelto’.
- En términos del “Orden Implicado”, uno puede decir que todo está envuelto en todo.
- Esto contrasta con el “Orden Explicado o “Explícito”, ahora dominante en la Física.
- En el “Orden Explícito” las cosas están ‘desenvueltas’, en el sentido de

que cada cosa yace solamente en su propia región del espacio (y del tiempo) y fuera de la región que pertenece a otras cosas.

El patrón de interferencia de una placa holográfica provee otro ejemplo del "Orden Implicado".

La información de toda una estructura está envuelta, es decir, implicada, dentro de cada región del holograma.

Si se examina la superficie del holograma, sin embargo, nada significativo se revela por el patrón de las bandas de interferencia lumínica.

Lo que aparece es simplemente irreconocible como una relación coherente de formas.

Sin embargo, cuando, bajo condiciones apropiadas, tanto el holograma como una porción dada de éete, se ubican en el camino de un rayo de luz láser, el pasaje de la luz estimulada reconstituye en tres dimensiones, todo el patrón correspondiente a la estructura original iluminada.

Ambas teorías (la Cuántica y la de la Relatividad) implican la necesidad de mirar al Cosmos como una realidad indivisa. En esta realidad indivisa todas las partes del Universo, incluyendo al observador y a sus instrumentos, convergen y se unen en una totalidad».

* * *

Tanto en ciencia como en cualquier otro aspecto de la vida, hay que romper límites, pasarse de la raya, cruzar barreras, etc., si queremos conseguir avanzar.

No hay que esperar siempre a que una casualidad nos coloque el moco de un Fleming griposo, cayendo encima del bichito y lo deslome, o que Röntgen deje su llave de casa en el cajón sobre unas placas y estas la impriman, a causa de unos desconocidos rayos X emitidos desde un tubo de rayos catódicos situado encima de la mesa. Eso sucede, pero pocas veces. Los éxitos de la ciencia son, la mayor parte de las veces, resultado de un trabajo tenaz, pasando fronteras, rompiendo moldes y paradigmas, y soportando muchas veces, incomprensión, insultos, amenazas, inhabilitaciones,, repudios y todo cuanto sufren muchos científicos visionarios, como pasó, entre otros muchos, con la doctora canadiense Ghislaine Lanctôt[72], el doctor Ryke Geerd Hamer que sufrió cárcel, etc.

Y todo por cruzar las fronteras, no pocas veces escleróticas, de la ciencia al uso.

Bien, pues ya tenemos aquí todo lo que necesitamos para nuestro propósito, ya no necesitamos saber nada más de ranuras simples o dobles, de si el gato de Schrödinger está vivo y muerto a la vez y de todo eso que nos suelen contar los físicos cuánticos; y es que las partículas u ondas (¡qué más da!) que van a llevar nuestros mensajes y deseos de **buena suerte**, tienen inteligencia, viajan a velocidades mayores que la de la luz, no tienen lugar fijo donde posarse (son no-locales, o sea, se relacionan por "entrelazamiento cuántico"), no

necesitan del espacio-tiempo para nada, puesto que son ubicuas y, por tanto, pueden estar en dos o más sitios a la vez y se comportan según nuestra voluntad. De manera que somos creadores de las mismas. Las cargamos con nuestros pensamientos y ellas, en el ancho Universo, buscan lo que pedimos (vibratoria y adecuadamente) y, cuando lo tienen, se encargan de dejárnoslo materializado a las puertas de nuestras casas.
Podemos rematar todo esto con las palabras del Dr. Fred Alan Wolf, físico cuántico partícipe de *El Secreto:*

> "No te estoy hablando de hacerse ilusiones o de alucinaciones. Te estoy hablando de un nivel más profundo de entendimiento básico. La Física Cuántica empieza a orientarse hacia este descubrimiento. Nos dice que no podemos tener un Universo sin una mente y que la mente da forma a todo lo que percibimos...".

Si piensas en la analogía de ser la torre de transmisión más potente del Universo, verás la correlación perfecta con las palabras del doctor Wolf. La mente piensa y las imágenes se nos devuelven como la experiencia de nuestra vida. No solo creas tu vida con tus pensamientos, sino que estos realizan una poderosa aportación a la creación del mundo. Si has pensado que eres insignificante y que no tienes ningún poder en el mundo, vuelve a pensar. Tu mente está dando forma al mundo que te rodea.
El sorprendente trabajo y los descubrimientos de los físicos cuánticos en los últimos años nos han proporcionado un mayor conocimiento del insondable poder que tiene la mente humana para crear.
Pero quizás pienses que todo eso pasa solo en el mundo pequeñísimo de lo subatómico y que, por tanto, en el mundo "real", el de todos los días, no ocurre. La respuesta sería que, como todo en el mundo, nosotros –y todo lo que nos conforma, pensamientos incluidos– también somos ondas-partículas de energía. ¿Y qué onda-partícula más pequeña que un pensamiento? Ese sí que cabe en cualquier lugar, por muy subatómico que sea. Y todos sabemos lo que un pensamiento puede hacer con o por nosotros.
Pero hay más, y es que ya se han hecho experimentos exitosos con objetos de varios trillones de átomos, según expone McTaggart en *El experimento de la intuición*, en los que se ha visto que el "entrelazamiento cuántico", es decir, la intercomunicación entre partículas que alguna vez se "conocieron", es instantáneo y sin tiempo-espacio por medio.

3. Qué dicen las Técnicas de Liberación Emocional

Traemos a colación aquí concretamente éstas y no otras terapias energéticas, por la sencilla razón de que estas han demostrado también su eficacia en el proceso de potenciar las condiciones para conseguir una **buena suerte**.

EFT y la Ley de la Atracción

Es una más de las técnicas que emplea la misma energía sutil propia de la acupuntura. Originalmente la EFT fue diseñada como una revisión de la psicoterapia.
Afortunadamente, esa meta se ha alcanzado, ya que la EFT ha reducido la duración de la terapia de meses o años a tan sólo minutos u horas. La EFT se enmarca entre las terapias energéticas basadas en los meridianos de acupuntura.
La concepción occidental del cuerpo humano trata de ignorar estas terapias energéticas y lo trata como un saco lleno de órganos, huesos y circuitos con corrientes químicas recorriéndolo. Así, los métodos usados son para reparar/reemplazar esas partes dañadas, como si fuera un vehículo o máquina, o corregir los fluidos corporales con medicamentos.
Su creador, Gary Craig, decía: “Nosotros apreciamos debidamente el esfuerzo de la medicina actual, así como la farmacopea que le acompaña para aliviar el sufrimiento humano. Si tú tienes que sacarte un apéndice, agradecerás la existencia de un buen cirujano.
Pero EFT también atiende a las energías sutiles que recorren todo nuestro cuerpo, que ayudan a su mantenimiento y la materia, comoautorregeneración. Además de atender a toda la energía psíquica que se somatiza en esas redes energéticas y que, sin esa específica atención, acaban por cristalizarse y crear la destrucción celular”.

Ho'oPonopono y la Ley de la Atracción

Es otra técnica que también ha hecho cierto hincapié en nuestro tema. De Joe Vitale *(El Secreto)* en *Zero Limits–Ho'oponopono,* saco la definición de esta técnica, dice: “En hawaiano, Ho'o significa causa y Ponopono significa perfección. A través de esta técnica, tenemos la capacidad de hacer lo correcto a nuestro propio Ser, de volver al estado de perfección, de colocar nuevamente nuestra página vivencial en blanco”.
Esta técnica la puso a punto el Dr. Ihaleakala Hew Len, de Hawai, “quien curó un pabellón completo de pacientes criminales insanos sin siquiera ver a ninguno de ellos”[73].
“El doctor Len estudiaba la ficha del recluso y luego miraba dentro de sí mismo para ver cómo él había creado la enfermedad de esa persona. En la medida en que él mejoraba, el paciente se mejoraba”.

“Se basa en el principio de Total Responsabilidad.
Su base es sentirse un 100% responsable de lo que ocurre en toda nuestra vida. Responsable de todo lo que hacen o dicen todas las personas que participan en ella.
Todo es una proyección del interior del ser humano.
Si asumes completa responsabilidad por tu vida, entonces todo lo que ves, escuchas, saboreas, tocas o experimentas de cualquier forma es tu responsabilidad porque está en tu vida. Esto significa que la actividad terrorista, el presidente, la economía o cualquier cosa que experimentas y no te gusta, está allí para que tú la sanes. Ello no existe, por decirlo así, excepto como proyecciones que salen de tu interior. El problema no está en ellos, está en ti, y para cambiarlo, debes cambiar tú”.
“¿Qué era lo que hacía exactamente cuando miraba los legajos de esos pacientes? –Yo simplemente permanecía diciendo: ‘lo siento’ y ‘te amo’, una y otra vez, explicó el doctor Len”.
“Ho'oPonopono puede borrar recuerdos que te estén limitando o bloqueando para poder creer y obtener claridad.
El Ho'oPonopono es realmente muy simple. Para los antiguos hawaianos, todos los problemas se empezaban a gestar en los pensamientos. Tener pensamientos no es el problema. El problema está en todos nuestros pensamientos que se encuentren plenos de memorias dolorosas sobre personas, lugares o cosas”.
«Díganle mentalmente a cada persona que tenga una reacción que les provoque fricción: ‘Lo siento, te amo, lo siento, me amo’».
Se pueden combinar ambas técnicas, la EFT y el Ho'oPonopono.

4. Qué dice la Filosofía

René Descartes (1596-1650)

No vamos a repasar toda la Historia de la Filosofía aquí, solo nos vamos a fijar en este filósofo de gran influencia en la conformación del mundo actual en que nos encontramos.
La clave de su método es la duda radical. Duda de todo lo que se las ingenia para dudar –todo el conocimiento tradicional, las impresiones de sus sentidos y aun del hecho de que tiene un cuerpo– hasta que alcanza algo de lo que no puede dudar, la existencia de sí mismo como pensador. Si no fuera capaz de pensar, no podría ni siquiera dudar.
Así llega a su celebrada frase “Cogito[74], ergo sum”, “Pienso, luego existo”. Y de esto deduce que la esencia de la naturaleza humana está en el pensamiento.
Dice Fritjof Capra en *El Punto crucial,* que el método de Descartes es

analítico, por supuesto que lo es. Consiste en romper pensamientos y problemas en piezas y arreglar estas en su orden lógico. Este método analítico de razonamiento es probablemente la mayor contribución de Descartes a la ciencia. Se ha convertido en característica esencial del pensamiento científico moderno.
El pienso (el 'cogito', no el de comer los animales) de Descartes le hizo ver que la mente era más cierta que la materia y le condujo a la conclusión de que las dos estaban separadas y eran fundamentalmente diferentes. Así, aseveró que "no hay nada incluido en el concepto de cuerpo que pertenezca a la mente; y nada en el de la mente que pertenezca al cuerpo".
La división cartesiana entre mente y materia ha tenido un efecto profundo en el pensamiento occidental. Nos ha enseñado a ser conscientes de nosotros mismos como egos aislados que existen "dentro" de nuestros cuerpos; nos ha llevado a darle mayor valor al trabajo mental que al manual; pero ha impedido, por ejemplo, que los médicos consideren con seriedad las dimensiones psicológicas de la enfermedad, y que los psicoterapeutas tengan menos en consideración los cuerpos de sus pacientes. En las ciencias de la vida, la división cartesiana ha llevado a una confusión sin fin sobre la relación entre mente y cerebro, y en física ha hecho extremadamente difícil a los padres de la teoría cuántica, interpretar sus observaciones de los fenómenos atómicos. De acuerdo a Heisenberg, quien batalló con el problema por muchos años, "esta partición ha penetrado profundamente en la mente humana durante las tres centurias posteriores a Descartes y hará falta mucho más tiempo para reemplazarla por una actitud realmente diferente frente al problema de la realidad".

5. Qué dice la Psicología

Tampoco aquí vamos a repasar toda la Historia de la Psicología desde los tiempos de Aristóteles hasta nuestros días. Solo nos fijaremos en seis ejemplos y en sus aportaciones a este campo de la Psicología.
1. El **inconsciente colectivo**[75] es un concepto básico de la teoría desarrollada por el psiquiatra suizo **Karl Gustav Jung** (1875-1961). La teoría de Jung establece que existe un lenguaje común a los seres humanos de todos los tiempos y lugares del mundo, constituido por símbolos primitivos con los que se expresa un contenido de la psique que está más allá de la razón.
Jung pensó que el inconsciente colectivo era como una memoria colectiva, la base de datos de la conciencia, la memoria colectiva de la humanidad.
Sheldrake (ver) comenta la teoría de Jung del inconsciente colectivo.

Si los recuerdos no se limitan a un almadenamiento en el cerebro físico, sino que nos llegan a través de resonancia mórfica, la experiencia acumulativa de la humanidad bien podría incluir los arquetipos descritos por Jung.
La noción jungiana del inconsciente colectivo se adapta muy bien en el contexto de lo que estoy exponiendo. La teoría de la resonancia mórfica, reafirmaría su concepto de inconsciente colectivo.

2. La **Psicología de la Gestalt** fue la primera en enfrentarse al esquema mecanicista. Con la propuesta del modelo "imagen del hombre", el concepto de "sistema", ya desde Piaget, va ganando terreno.

3. En **Psicología Transpersonal**[76], Stanislav Grof (1931) es uno de sus fundadores. Ha escrito *The way of Psiconaut (I y II)*, *La mente Holotrópica* y otros, sin embargo, quizá uno de sus máximos exponentes hoy día, sea Ken Wilber (1949) que ha dedicado varias obras al tema de la consciencia, como *Una teoría integral sobre la consciencia*, *El espectro de la consciencia, La consciencia sin fronteras* y otros. Y es esto lo que más nos interesa de ella. No es que traten el tema de la **buena suerte**, pero al hablar de la consciencia es por lo que nos interesa.
A fin de no cargar demasiado este libro, te aconsejo que los ojees por tu cuenta, si es que te apetece ampliar conocimientos.

4. Dentro del campo de la Ps.Transpersonal, nos encontramos la **Anatheóresis**[77] de Joaquín Grau Ramírez, cuya investigación se basa fundamentalmente en las diferentes maneras de percibir la realidad y lo plasma en el libro *Tratado teórico-práctico de Anatheóresis.* Nuestro cerebro trabaja en distintas bandas de frecuencia, siendo la más adecuada para vivencias antiguas, impactos emocionales. La zeta oscila entre 4 y 8 hercios, que son los ciclos que predominaban en el claustro materno y hasta una edad aproximada de 4 años. Estos quedan grabados a nivel inconsciente y formando nuestra biografía oculta porque simplemente esta criatura carece de los ritmos beta maduros, que caracterizan nuestro mundo de adultos.
El hemisferio cerebral derecho (especializado en ondas zeta), es analógico, o sea, establece las relaciones por semejanza.

El autor entre Joaquín Grau y su esposa Verena al final de uno de sus cursos

(el único caso que conozco en que dos personas nacieron el mísmo día y el mimo año, ella en Suiza y yo en España)

5. En **Psicología conductista** y otras ramas de la Psicología, la concepción básica, como señala Bertalanffy en su *Teoría general de los sistemas*, era el "modelo robot". Había que explicar la conducta con el esquema mecanicista "estímulo-respuesta", el condicionamiento, acorde con la pauta de experimentos con animales, aparecía como fundamento de la conducta humana.

6. En **Psiquiatría** entró prontamente, por ejemplo, con el psiquiatra **Karl Menninger** y su *El hombre contra sí mismo,* que nos sirvió posteriormente para desarrollar el opúsculo *La firma y los accidentes* (nunca publicado) dentro del sistema de la Grafología Racional en nuestro libro *Escritura y salud* – Ed. Obelisco.
La *Teoría general de sistemas…* de Ludwig von Bertalanffy, que ya se emplea en diversos campos de las ciencias, no hace más que avalar cuanto estamos diciendo y entronca perfectamente con ello.

6. Qué dicen las Neurociencias

Las neurociencias y, dentro de ellas, la neurofisiología, suelen tener un campo muy limitado. La mayoría de los especialistas que se dedican a ellas, nunca miran más allá o fuera de lo que ven sus propios ojos o lo que les dicen sus máquinas, es decir, neuronas, conexiones entre ellas, neurotransmisores, glías, etc., y ahí encuentran su solaz.
A mí me parece perfecto. En los últimos años estas ciencias han avanzado muchísimo y nos han descubierto cosas increíbles que ocurren en nuestra azotea cerebral. Pero encuentro cierta cabezonería en seguir machacando conceptos cartesianos o darwinistas que ni mucho menos son válidos o están demostrados.
Algunos de estos científicos han conseguido desterrar por fin de sus mentes el dualismo cartesiano de que cuerpo y mente no tienen nada que ver entre sí.
Personalmente tuve que soportar de un oncólogo que me clavara la

siguiente cerbatana: “yo, como médico, tengo que curar su cáncer y lo que Vd. sienta emocionalmente, a causa de su enfermedad, no me importa absolutamente nada”.
Pues bien, todo esto parece que está cambiando poco a poco hoy día. Dice el doctor F. Mora ya mentado: “Es cada vez más evidente que las barreras entre lo genético y lo ambiental se han roto, como también se han roto las barreras entre lo bioquímico, la morfología, la fisiología y la conducta”.
Es un paso importante que, desde este lado de la ciencia, se vayan dando cuenta, los investigadores de lo humano, de que su campo de estudio no debería terminar allí donde terminan las células, las neuronas o los órganos.
¿De qué está hecho tu cuerpo? De tejidos y órganos. ¿De qué están hechos los tejidos y los órganos? De células. ¿De qué están hechas las células? De moléculas. ¿De qué están hechas las moléculas? De átomos. ¿De que están hechos los átomos? De partículas subatómicas. ¿De que están hechas las partículas subatómicas? ¿De energía? No. No están hechas de energía; son energía. Tú eres un gran “pedazo” de energía, al igual que el resto de todas las cosas. El espíritu y la mente arman esta energía en la forma física en la que estás acostumbrado a verlas.
Todas las células del cuerpo parten de la unión de dos células germinales originales. Éstas se multiplican una y otra vez y miles de veces más, pero en un momento determinado, estas células experimentan un proceso de diferenciación. Es como si tuvieran inteligencia propia y supieran qué es lo que tienen que hacer a partir de ese momento.
Cada una va tomando su camino. Unas se dedican a formar la cabeza –y, en ella, el cerebro, los ojos, la nariz, la boca...–, otras el tronco, otras un brazo, otras el otro brazo y así sucesivamente. El cuerpo humano tiene unos 250 tipos diferentes de ellas, desde la célula adiposa, simple y esférica, hasta la nerviosa, fina y ramificada.
Los científicos no tienen ni idea de cómo ocurre todo esto y de dónde sacan ese “conocimiento” o dónde lo almacenan. Pero no cabe duda de que lo tienen, de que son “inteligentes” a su manera.
Cabría añadir algo que también considero importante y que ya Deepak Chopra en *La curación cuántica* avanza: “Seguimos sin saber de qué modo se forma un pensamiento en las células del cerebro”.
La verdad es que es alucinante lo que saben esas “lombricitas” neuronales y encima se ríen de nosotros y no nos quieren contar cómo lo hacen. Me gustaría que los darwinistas me explicaran todo esto, porque que una pata se convierta en ala, al cabo de millones de años, puede ser hasta comprensible, pero ¿cómo llegan las neuronas a saber lo que saben y a hacerlo tan bien?, y no digamos ya los genes y los

óvulos. La verdad es que no sabemos casi nada y mucho me temo que nunca lo sabremos del todo si seguimos buscando donde no debemos y si, al igual que en Física Cuántica, se está buscando el "graviten", esa supuesta onda-partícula que hace que la tierra nos atraiga, o que a Newton le caigan las manzanas en la cabeza en vez de salir volando cuando se sueltan del árbol, no me extrañaría nada que, a la vuelta de la esquina, a cualquier científico chiflado le diera por buscarnos el gen de la **buena suerte**. ¡No estaría mal que lo encontraran!

7. Qué dice la Epigenética

La Epigenética es una ciencia relativamente nueva (nació en 1953, pero en 2003 fue cuando se le dio más importancia). De alguna manera revive la teoría que promovió Jean B. Lamarck[78] (1744-1829) del concepto de "herencia de caracteres adquiridos" en la evolución.

Lamarck fue el primer evolucionista, 50 años antes que Darwin, pero su teoría se basaba en conceptos distintos a los de Darwin el cual, al final, le dio la puntilla con su "teoría de la selección natural".

Como puede que Lamarck tuviera más razón de la que se le atribuye históricamente y Darwin[79], al fin y al cabo, no acaba de ver su teoría probada científicamente, a pesar de ser la que se impuso, es por lo que surgió esta nueva rama de la ciencia, que todavía está en sus albores ya que, como dice el biólogo Dr. Moalem, «la Epigenética está en la fase de 'cuanto más sabemos, menos entendemos'». Sin embargo, ha dado ya pie a medicamentos epigenéticos y, sobre todo, a la investigación del "epigenoma", estudio más importante todavía que el del mapa del genoma recientemente establecido.

La premio Nobel Barbara McClintock, quizá fue la pionera en este campo con su descubrimiento de los "genes móviles" o "transposones"[80]. Le siguieron, entre otros, John Cairns y Barry Hall.

¿Qué dice en definitiva la Epigenética que nos pueda interesar a nosotros aquí y ahora? Yo creo que lo entenderemos mejor con unas frases del biólogo huido del darwinismo[81], Dr. Bruce Lipton en su libro *La biología de las creencias*: "Evidencias científicas demuestran que los genes no controlan la biología". "No son las hormonas ni los neurotransmisores, producidos por los genes los que controlan nuestros cuerpos y nuestras mentes y, por tanto, nuestras vidas, sino **nuestras creencias**". "Los seres humanos no somos más que la consecuencia de una conciencia colectiva". "Las influencias del medio ambiente, incluyendo la nutrición, el estrés y las emociones, pueden modificar los genes, sin cambiar la secuencia del ADN y, más asombroso aún, estas modificaciones pueden pasar a las nuevas generaciones".

Y el biólogo F. Nijhout enfatiza que los genes son regulados por "señales ambientales". En consecuencia, es el ambiente el que controla la expresión genética. ¡En vez de apoyar la primacía del ADN, tendríamos que reconocer la primacía del ambiente!
¿Qué quiere decir esto, en definitiva? Que somos libres del corsé que nos impuso el evolucionismo darwinista; que no tenemos un gen defectuoso por ahí que nos impida mejorar, cambiar, hacernos buhoneros o mismamente millonarios.
Por tanto, podemos controlar nuestro destino. O sea, en definitiva, que no es nuestra herencia o nuestros genes los que nos impiden tener **buena suerte**.

8. Qué dice la Medicina

Dicho lo anterior, habría que añadir que, salvo honrosas excepciones, la Medicina moderna, con tantísimos y extraordinarios logros como ha conseguido, deja mucho que desear en el tratamiento y enfoque del aspecto mental de los pacientes. Da la sensación también de que sus conocimientos sobre Física Cuántica le son totalmente desconocidos. Su filosofía está anclada no ya en el siglo XIX sino en el de Descartes.
"Los abrumadores descubrimientos de la Física Cuántica tienen importantísimas implicaciones en la comprensión y el tratamiento de las enfermedades. No obstante, la Medicina tradicional aún no la ha incorporado a sus investigaciones ni en la enseñanza facultativa, lo que ha deparado unos resultados trágicos", dice Lipton.
Yo quería destacar aquí un par de casos. En primer lugar, el ya nombrado más arriba, Dr. Escudero, que opera con psicoanalgesia.
Él mismo resume su pensamiento de la siguiente manera: «La salud del ser humano depende de tres tipos de factores:

1. Genéticos.
2. Ambientales.
3. Culturales.

Pero la calidad de vida y las relaciones entre los seres humanos podrían mejorar muchísimo con lo que él llama las tres verdades:

1. Es mejor vivir con la boca húmeda que con la boca seca.
2. Cada palabra pensada, hablada o escrita, produce, a través de nuestro cerebro, un efecto en nuestras vidas y en nuestro entorno, según la usemos, para el bien o para el mal.
3. Cada palabra pensada, hablada o escrita, produce, a través de nuestro cerebro, un efecto en nuestras vidas y en nuestro entorno, según la usemos, para el bien o para el mal.

* * *

El segundo caso es el del Dr. J.A. (no digo su nombre porque está expedientado). Es uno de los pocos neurólogos que intentan hermanar la Medicina y la Psicología. De sus informes copio con su permiso lo siguiente: «En este sentido, la práctica de la meditación y múltiples sistemas psicoterapéuticos han ganado un gran nivel de aceptación en el campo de la psico-neuro-inmuno-endocrinología.
El propósito es entrenar al individuo en la respuesta de relajación, reducir los niveles de estrés crónico, y modificar el estilo de vida de individuos que experimentan serios problemas de salud causados por el estrés. Existe evidencia científica suficiente en cuanto al impacto negativo del estrés crónico sobre el sistema nervioso». Nos cuenta que:

> "Es interesante saber que los neurotransmisores son neuropéptidos de estructura similar a las hormonas y que son producidos por las células del sistema nervioso, incluidas las neuronas y que se encargan de llevar órdenes a todos los territorios del organismo, haciendo funcionar muchos órganos y sistemas sin la intervención consciente y usan como vehículo el sistema nervioso autónomo, simpático y parasimpático[82], incluso muchas veces caminan por la sangre estas moléculas y actúan sobre las células sin necesidad de este sistema. Regulan, entre otras cosas, las emociones".

> "La noradrenalina es uno de los principales neurotransmisores, controla la mayoría de las funciones que hemos enumerado por medio de unos receptores en la sangre, la liberan nervios que llegan a los vasos sanguíneos, a los músculos y a casi todos los órganos.
> La adrenalina que es otro neurotransmisor perteneciente a la cadena de las catecolaminas, junto con la adrenalina y la dopamina se produce principalmente en la médula o interior de las glándulas suprarrenales situadas encima de los riñones".

> "Cuando aumenta la adrenalina en la sangre está preparando al cuerpo para defenderse del peligro, produce taquicardia y detiene el peristaltismo intestinal, puesto que en las situaciones de peligro no es necesario comer, sólo defenderse, se produce broncodilatación, midriasis para ver mejor, los músculos, el corazón y el cerebro se llenan de sangre, disminuye el aflujo de sangre a la piel y por eso el que padece miedo se pone pálido, aumentan las plaquetas de la sangre con el fin de cohibir la hemorragia que se produjese por una herida en la lucha. Todo esto es provocado por la adrenalina".

> "La desadaptación viene cuando la situación estresante se perpetúa en el tiempo, por ejemplo, situaciones financieras adversas, entonces el estrés se hace crónico y hay cambios estructurales bioquímicos y se produce la enfermedad que puede ser solucionada si el terapeuta comprende la situación y sabe actuar en consecuencia.
> La adrenalina es la responsable del estrés y la noradrenalina de la depresión. Lo que se produce como consecuencia del síndrome de inadaptación en el estrés por aumento de adrenalina son alteraciones inmunológicas".

Bien, nuestra actuación para arreglar este problema estaría en la hipnosis, la relajación o la meditación, que enseguida veremos. También el neurólogo Joe Dispenza en su obra *Nuestro cerebro inmortal,* dice cosas tan interesantes como estas:

> «Cada vez que pensamos, fabricamos una sustancia química; si nuestros pensamientos son buenos, elevados o felices, fabricamos sustancias químicas que nos hacen sentir bien y felices. Y si nuestros pensamientos son negativos, malos o de inseguridad, fabricamos sustancias químicas que nos hacen sentir exactamente como pensamos.
>
> Cada sustancia que se libera en el cerebro es literalmente un mensaje que alimenta al cuerpo físico. Y ahora el cuerpo empieza a sentir como piensa. Y cuando empezamos a sentir como pensamos, sucede algo asombroso. El cerebro que está en comunicación constante con el cuerpo; consulta con el cuerpo y empieza a pensar de la manera en que sentimos, lo que a su vez fabrica más sustancias químicas que nos permiten sentirnos como pensamos y pensar como sentimos.
>
> Y quedamos atrapados en el ciclo de pensar y sentir entre el cerebro y el cuerpo. La consecuencia indirecta final de esto es que creamos un estado de ser. Y ese estado de ser se convierte en nuestro modo de pensar. En otras palabras, los sentimientos se convierten en nuestro modo de pensar. Y cuando los sentimientos se convierten en nuestro modo de pensar, estamos atrapados en un ciclo donde el cuerpo, literalmente, piensa por nosotros».

9. El Sistema Reticular Activador (SRA)

Desde el punto de vista morfológico, la formación reticular está constituida por una red neuronal que se encuentra presente en gran parte del sistema nervioso central: médula espinal, tronco encefálico y diencéfalo.

Las neuronas de la formación reticular del tronco encefálico forman una red cuyos axones se proyectan tanto hacia el cefálico como hacia el caudal.

La formación reticular se distribuye en tres zonas del tronco encefálico: 1. zona paramediana; 2. zona medial y 3. zona lateral.

En general, la formación reticular recibe una continua información sensorial y sensitiva tanto de los nervios craneanos como de la médula espinal, luego la información se propaga ampliamente a diferentes áreas del sistema nervioso.

En los libros de texto se dice que la formación reticular participa en variadas funciones. Entre ellas están:

> **Control** de la actividad de la musculatura estriada (vía retículo-espinal y retículo bulbar), manteniendo el tono de la musculatura antigravitatoria o regulando la musculatura respiratoria por medio del centro respiratorio del

bulbo raquídeo.
Control de la sensibilidad somática y visceral, por ejemplo a través de mecanismos de compuerta de control de la entrada del dolor.
Control del sistema nervioso autónomo, como, por ejemplo, en la regulación de la presión sanguínea por activación del centro cardiovascular.
Control del sistema endocrino, ya sea directa o indirectamente vía hipotálamo, influyendo en la regulación de la liberación de los factores tróficos hormonales.
Influencia sobre los relojes biológicos, regulando los ritmos circadianos.
Control del ciclo sueño-vigilia por medio del sistema reticular activador ascendente.

Y ¿para qué nos sirve saber todo esto? No te preocupes, no hay que aprendérselo. Es sólo información. Solo quiero indicarte la interpretación que el Maestro Fénix da de este sistema y es que es un «Sistema de neuronas que actúa como un filtro en las percepciones. Por ejemplo, haz lo siguiente: quiero que mires a tu alrededor y te fijes en las cosas de color rojo que hay en tu habitación. Hazlo ahora, antes de seguir leyendo...
Bien, ahora dime todas las cosas de color verde que hay en tu habitación. Lo normal es que me pongas cara de extrañeza y me digas: ¿Verde? No he visto ninguna cosa verde.
Si te mando que pienses, seguramente no recordarás ninguna, verás una especie de imagen "en blanco y negro" (o con colores apagados), en la que resaltan todos los objetos rojos. Sólo los rojos están resaltados.
Sin embargo, si ahora miras alrededor de ti, verás que hay muchas cosas de color verde».

¿Qué hace el SRA?

Filtra toda la información que nos llega, para recoger sólo aquella información que está de acuerdo a nuestras opiniones, creencias, convicciones e improntas, desechando todas las demás. Y proyectando en nuestra mente la que el SRA ha programado que veamos.
Después de esto, comprenderás mejor algunas cosas, como, por ejemplo, el hecho de que algo que te interese de repente para tus propósitos, te haga ver de inmediato que el mundo está lleno de eso que te interesa y, a veces, en cantidades que ni te imaginabas.
Y viceversa, si algo no te interesa en absoluto, podrás pasar por delante de ello montones de veces y serás incapaz de verlo. ¿Qué nos enseña esto? Que hay que estar atento a cuanto pasa por nuestro lado para "verlo"; y, de paso, hacernos preguntas sobre qué es lo que necesitamos para conseguir nuestros objetivos, la respuesta a eso la grabará nuestro SRA en nuestro inconsciente y así, cuando aparezca a nuestro lado, lo podremos "ver" pronto y con facilidad.

10. Los hemisferios cerebrales

Roger Wolcott Sperry (1913-1994) recibió el Premio Nobel de Fisiología en 1981 por sus descubrimientos sobre el cerebro, concretamente por sus trabajos acerca de las funciones de los hemisferios cerebrales.
Hasta no hace muchos años, se pensaba que el cerebro tenía zonas exclusivas de funcionamiento (Penfield, Lashley, etc.) hasta que recientemente se pudo determinar que cuando se realiza una función, el cerebro actúa de manera semejante a una orquesta sinfónica interactuando varias áreas entre sí. Además, se pudo establecer que cuando un área cerebral no especializada era dañada, otra área podía realizar un reemplazo parcial de sus funciones. De manera que las dos mitades del cerebro son complementarias.
Apenas habían pasado 50 años, desde que Pavlov, el gran fisiólogo ruso, sugirió que la humanidad podría ser dividida entre pensadores y artistas. Pavlov quizá no andaba mal encaminado al hacer esta propuesta.
Hoy sabemos por el trabajo de Sperry que el hemisferio izquierdo es frío y lógico en sus pensamientos, mientras que el hemisferio derecho es el imaginativo, artista y creativo. De ahí que en los pensadores el hemisferio izquierdo es dominante, mientras que en los artistas lo es el derecho.

A) Hemisferio izquierdo

Ya en el siglo XIX se sabía que el cerebro izquierdo era el centro de la facultad de expresión, del lenguaje articulado, manejo de información lógica, pensamiento proporcional, procesamiento de información en series de uno en uno, manejo de información matemática, memoria verbal, aspectos lógicos gramaticales del lenguaje, organización de la sintaxis, discriminación fonética, atención focalizada, control del tiempo, planificación, ejecución y toma de decisiones y memoria a largo plazo. Muchas de las actividades atribuidas al consciente le son propias. Gobierna la parte derecha del cuerpo.

B) Hemisferio derecho

El hemisferio derecho gobierna tantas funciones especializadas como el izquierdo. Su forma de elaborar y procesar la información es distinta del hemisferio izquierdo. No utiliza los mecanismos convencionales para el análisis de los pensamientos que utiliza el

hemisferio izquierdo. Es un hemisferio integrador, centro de las facultades viso-espaciales no verbales, especializado en sensaciones, sentimientos, prosodia y habilidades especiales; como visuales y sonoras no del lenguaje, como las artísticas y musicales. Concibe las situaciones y las estrategias del pensamiento de una forma total. Integra varios tipos de información (sonidos, imágenes, olores, sensaciones) y los transmite como un todo.
El método de elaboración utilizado por el hemisferio derecho se ajusta al tipo de respuesta inmediata que se requiere en los procesos visuales y de orientación espacial. Esto se corresponde, en muchos aspectos, con las funciones de control del habla que ejercen el lóbulo frontal y el lóbulo temporal del hemisferio izquierdo.
Y, recíprocamente, el lóbulo parietal izquierdo parece que tiene ciertas funciones espaciales limitadas. Por lo tanto, aunque el hemisferio derecho está, sin duda, especializado en las funciones no verbales, concretamente en las viso-espaciales, no resulta fácil discernir las diferencias entre los dos hemisferios. El hemisferio derecho está considerado, de cualquier modo, como el receptor e identificador de la orientación espacial, el responsable de nuestra percepción del mundo en términos de color, forma y lugar.
Utilizando sus facultades somos capaces de situarnos y orientarnos. Si vamos caminando por la calle y reconocemos un rostro, la identificación de dicho rostro también corre a cargo de la memoria visual del hemisferio derecho. El nombre que corresponde a la persona que posee dicho rostro conocido lo proporciona, en cambio el hemisferio izquierdo.
Muchas de las actividades atribuidas al inconsciente le son propias. Procesa la información mayoritariamente usando el método de síntesis, componiendo o formando la información a partir de sus elementos, a un conjunto. Controla, además, el lado izquierdo del cuerpo humano, (Wikipedia).

11. El principio antrópico

El principio antrópico (de ánthropos, género humano) está íntimamente relacionado con lo que acabamos de decir de la Consciencia. Es un principio que se suele enunciar como sigue:
“El mundo es necesariamente como es porque hay seres humanos que se preguntan por qué es así”, dice John Archibald Wheeler (1911-2008) en *Un viaje por la gravedad y el espacio-tiempo.*
Wheeler era uno de los principales difusores del principio antrópico y uno de los físicos más importantes del siglo XX. En el prefacio de *El principio cosmológico antrópico,* escribe:

> "No es únicamente que el hombre esté adaptado al universo. El universo está adaptado al hombre. ¿Imagina un universo en el cual una u otra de las constantes físicas fundamentales sin dimensiones se alterasen en un pequeño porcentaje en uno u otro sentido? En tal universo el hombre nunca hubiera existido. Éste es el punto central del principio antrópico. Según este principio, en el centro de toda la maquinaria y diseño del mundo subyace un factor dador-de-vida".
> "El tiempo que me queda sobre la Tierra es limitado. Y el interrogante de la creación es tan formidable que difícilmente puedo tener la esperanza de resolverlo en el tiempo que me queda".

Así se expresaba pocos años antes de su muerte Wheeler.
Sin embargo, el pionero fue Alfred Russel Wallace (citado en la cabecera de este capítulo III) que, en *The man's place in the world (El lugar del hombre en el mundo),* publicado de 1903, dice:

> "Un Universo tan vasto y complejo como el que sabemos que nos rodea, puede que sea absolutamente necesario... para producir un mundo tan adaptado al desarrollo de una vida que habría de culminar en la aparición del ser humano".

Si bien la expresión **Principio Antrópico** se atribuye a Brandon Carter, un físico teórico australiano conocido por sus aportes al estudio de los agujeros negros, que dice que "el Universo debe ser de tal manera, que admita en su seno la creación de observadores en alguna de sus etapas".

* * *

En Cosmología, el principio antrópico establece que cualquier teoría válida sobre el Universo tiene que ser consistente con la existencia del ser humano. En otras palabras: "Si en el Universo se deben verificar ciertas condiciones para nuestra existencia, dichas condiciones se verifican ya que nosotros existimos".
Los diferentes intentos de aplicar este principio al desarrollo de explicaciones científicas sobre la cosmología del Universo han conducido a una gran confusión y elevada controversia.
El físico Stephen Hawking, en su libro *Historia del tiempo,* hablaba también del principio antrópico aplicado al tema del origen y formación del universo. Decía: "Vemos el universo en la forma que es porque nosotros existimos". Expone que hay dos versiones del principio antrópico: la débil y la fuerte. Sobre el tema de la formación del universo, concluye diciendo que si no fuese como es (o que si no hubiese evolucionado como evolucionó) nosotros no existiríamos y que, por lo tanto, preguntarse cómo es que existimos (o por qué no "no existimos") no tiene sentido.
El Principio antrópico cosmológico, también es el título de un controvertido libro de John D. Barrow y Frank Tipler publicado en el año 1986, en el que se expone la versión más fuerte del principio

antrópico, la cual implicaría la aparición forzosa de vida inteligente como consecuencia cosmológica de la evolución del universo. El razonamiento de Barrow y Tipler es para muchos científicos sin embargo un razonamiento puramente tautológico.
En efecto, el principio antrópico en su forma más básica, se puede considerar casi un lugar común, ya que indica que cualquier teoría sobre la naturaleza del Universo debe permitir nuestra existencia como seres humanos y entes biológicos basados en el carbono, en este momento y lugar concretos del Universo.

Capítulo IV

Lo físico y lo mental en el proceso para conseguir buena suerte

Todo ser humano, si se lo propone,
puede ser escultor de su propio cerebro.
SANTIAGO RAMÓN Y CAJAL

1. La mente sobre la materia y la salud

Se ha investigado bastante sobre este tema. Que la mente puede influir no sólo sobre la materia sino también sobre algo tan inmaterial como el pensamiento ajeno o su voluntad, aquí lo doy por descartado. Son conocidos los trabajos de Cleve Backster sobre biocomunicación en animales y plantas (he de reconocer que bastante vilipendiados por parte de los escépticos de siempre), pero hay muchísimas personas que hemos podido comprobar de una manera bien sencilla, y tal como lo explica el Método Silva (ver), cómo dos plantas gemelas y con iguales cuidados de riego, abono y luz, se desarrollan de desigual manera si a una de ellas durante varios días se le aplican técnicas mentales de pensamientos positivos, música agradable, palabras amables, etc. Se puede llegar a observar cómo la planta tratada con este plus, puede llegar a doblar su crecimiento y lozanía en apenas unas pocas semanas (dependerá del tipo de planta, las nuestras eran geranios).
Y si a la otra se la trata con desprecio, podrá acabar languideciendo e incluso muriendo antes de tiempo. Esto es un hecho repetido una y mil veces, pese a que los escépticos de siempre saquen a colación que las plantas no tienen sistema nervioso y por tanto ni sienten ni padecen.
Los experimentos de Backster, ampliándolos a visión remota y otras capacidades parapsicológicas, psicocinéticas y transmisión del pensamiento, los siguieron otros, como: H. Schmidt, E. Mitchell, R. Jhan, B. Dunne, R. Nelson, W. Braud, M. Schlitz, C. Honorton, A. Parker, E. Laszlo, C. Tart, H. Puthof, C. Green, P. Price, E. Targ, D. Radin, R. Peoc'h, W. James, R. Nelson (todos ellos citados en El Campo, de Lynne McTaggart), Silva, Fénix, F. Kinslow y otros; todos ellos científicos e investigadores de alto nivel, que han estudiado la posibilidad de que la mente (tanto consciente como inconsciente) pueda influir en cualquier campo "ajeno" a ella y con resultados a veces espectaculares.
Pero no sólo Backster, también el doctor Sharon Moalem y Jonathan Prince, evolucionistas darwinianos, dicen en *La ley del más débil,* que las plantas, como resultado de su evolución y en aras de su propia supervivencia, "aprendieron" en su momento a defenderse de sus predadores naturales (hongos, bacterias, insectos y pequeños herbívoros) segregando toxinas y venenos que les ahuyentaran o permitiendo a los pájaros que no les afectaran y pudieran llevar las semillas lejos ya que no las digieren.
Como resultado de todo esto, tenemos que las patatas tienen solanina,

un tóxico alucinógeno que el humano, al cocerlas, lo aguanta bien[83]; el apio, psoraleno, que puede provocar daños cutáneos –si el apio ha sido maltratado, resulta que produce cantidades ingentes de psoraleno (si el apio no tiene conocimiento, ¿cómo sabe que lo maltratan?)–; los pimientos picantes en grandes cantidades, pueden ser muy dañinos a causa de la capsaicina. Y sigue con el trigo[84], las berenjenas[85], las legumbres, la soja, las judías, los garbanzos y otros alimentos.

La misma McTaggart en su libro *El experimento de la intención,* dice: "¿Tiene la mente algún poder sobre la materia? ¿Es posible que nuestros pensamientos, nuestros deseos y oraciones puedan producir cambios objetivos en el mundo? ¿O hay algo más?

Con fase en los últimos descubrimientos científicos, el experimento de la intención responde a todas esas fascinantes preguntas y nos muestra que los pensamientos e intenciones son mucho más poderosos de lo que esperábamos, pues poseen una energía que pueden cambiar la realidad física. Esto quiere decir que los podemos usar para mejorar nuestras vidas, para curar nuestros cuerpos y para ayudar a pacificar nuestro planeta. Naturalmente, no todos los pensamientos tienen el mismo poder. Por ello la autora nos explica las técnicas más efectivas para aumentar el poder de nuestros pensamientos e intenciones, para así obtener resultados concretos en nuestras vidas. Además nos invita a participar en el mayor experimento jamás realizado acerca del dominio que la mente tiene sobre la materia.

Osho mismo cuenta la siguiente anécdota: "Existen pruebas científicas del estado de alerta de los árboles. Si el leñador llega con un hacha en la mano y con la intención deliberada de cortar el árbol, todos los árboles que le 'ven' venir se echan a 'temblar'. Ahora existen pruebas científicas de ello; lo que digo no es poesía, cuando digo esto estoy hablando de ciencia.

Ahora existen instrumentos para medir si el árbol es feliz o desdichado, si tiene miedo o no, si está triste o extático. Cuando llega el leñador, todos los árboles son 'conscientes' de que la muerte ronda cerca. Y el leñador todavía no ha cortado ningún árbol, sólo se está acercando... Una cosa mucho más extraña: si el leñador va simplemente de paso, sin la idea deliberada de talar un solo árbol, a ningún árbol le entra 'miedo'. Eso significa que sus vibraciones están siendo 'descifradas' por los árboles".

Pero ¿cómo puede algo tan sutil, etéreo e intangible como la mente, actuar sobre algo tan sólido como la materia?

No olvidemos que tanto la mente como la materia son energía, y que si un átomo está compuesto de ondas que pueden convertirse en partículas al ser observadas –como dice la Física Cuántica–, entre ellas existe un espacio vacío enorme, de manera que el núcleo (protón, neutrón, etc.) está separado del electrón que lo circunda por ese vacío

que, mutatis mutandis, podría ser algo así como el espacio que separa a la tierra de la luna que la rodea. Pero ¿realmente ese espacio que hay entre medias está vacío? En absoluto, es energía también. De manera que si lo quisiéramos agarrar con la mano, sería como querer agarrar aire. Bohr y Heisenberg se dieron cuenta de que un electrón ni siquiera es una entidad precisa, sino que existe como un potencial, una suma de todas las posibilidades, hasta que lo observamos o medimos, y entonces es cuando se colapsa en un estado particular. Después de observarlo o medirlo, se disuelve de nuevo en un estado de posibilidades.

De manera que, si en la materia hay más vacío que relleno, no es difícil imaginar que la mente pueda actuar sobre la parte vacía de la materia, o sea el 99% de la misma.

Dan Brown, el conocido autor de ese engrudo refrito de novela llamada *El Código da Vinci,* casi copiada de otra de Baigent (& al), nos sorprende citando a McTaggart en su otra novela llamada *El Símbolo perdido.* Como no me fío de que la cita sea correcta, repaso lo que realmente dice Lynne en *El experimento de la intención,* además de en *El Campo,* y que es lo siguiente:

> "Si el ser humano puede influir en las máquinas, entonces las preguntas que se plantean son: ¿Dónde están exactamente sus pensamientos? ¿Dónde está exactamente la mente humana? La suposición habitual en nuestra cultura occidental es que la mente se halla en nuestro cerebro.
> Pero, si esto es cierto, ¿cómo podrían nuestros pensamientos o intenciones afectar a otras personas? ¿Está el pensamiento "ahí fuera", en otra parte? ¿O existe una mente extendida, un pensamiento colectivo? ¿Influye, lo que nosotros pensamos o soñamos, en los demás?".

Y sigue diciendo:

> "Un campo es una matriz o medio que conecta dos o más puntos del espacio, generalmente por medio de una fuerza, como la gravedad o el electromagnetismo... Einstein creía que el campo constituía un verdadero vacío... Con Max Planck, los físicos comprendieron que el espacio vacío hierve de actividad... El Campo Punto Cero es un depósito de todos los campos, de todos los estados energéticos básicos y de todas las partículas virtuales: un campo de campos. En cierto sentido, el vacío es el principio y el fin de cada cosa en el universo".
> "El hecho de dirigir tus pensamientos –algo que los científicos llaman altisonantemente 'intencionalidad' o 'intención'– parecía producir una energía lo suficientemente poderosa como para cambiar la realidad física.
> Un simple pensamiento parecía tener el poder de transformar nuestro mundo".

Ahora quiero traer aquí al doctor Kinslow que, en *La curación cuántica,* dice algo tan interesante como esto: "La Física Cuántica ha descubierto la esfera de la conciencia pura, al menos teóricamente... es el Orden Implicado de Bohm, es la nada, es la vida inexpresada, es la no-experiencia, carece de límites y de forma, es informe". Y todo

ello por debajo del Campo Punto Cero.
Ahí estamos todos y de ahí surge todo, incluso los pensamientos, cargados de energía. "El origen del pensamiento es una fuente de energía inextinguible… Desvelar la fuente del pensamiento puede tener una influencia curativa positiva... éxitos económicos...".
Los pensamientos nunca nos dejan, pero si logramos atisbar el espacio entre pensamiento y pensamiento, estaremos ante la consciencia pura, afirma. Algo semejante a los puntos estacionarios del péndulo de Bentov y a la afirmación de Buda de que "el verdadero **yo** se vislumbra en el espacio que queda entre los pensamientos".
Dice Osho que el maestro jainita Mahavira fue el primer hombre de la Historia que calculó que si un hombre puede acordarse, mantenerse consciente de modo continuo durante cuarenta y ocho minutos seguidos, con eso basta... quedará iluminado, nadie podrá impedírselo. Sólo cuarenta y ocho minutos... ¡pero es tan difícil mantenerse así... ni tan siquiera durante cuarenta y ocho segundos!
También, dentro de la Psicología, y en sus mismos comienzos modernos de la misma, el padre de la Psicología Experimental, Gustav Theodor Fechner (1801-1887), autor de la Psicofísica, ya se centró en el estudio de la relación entre el estímulo físico y la sensación, entre el alma y la materia, entre los fenómenos físicos y los mentales. Pero se pasó tres pueblos cuando intentó concederles a las plantas sensación y conciencia. Su objetivo era establecer una ciencia exacta de las relaciones funcionales, según Max Scheler en *El puesto del hombre en el cosmos.*
Aquí mismo también dice que el animal tiene conciencia, a diferencia de la planta, pero no la tiene de sí. El animal ni se posee a sí, ni es dueño de sí mismo.

2. El Inconsciente

El inconsciente no nos sabotea, ni traiciona, simplemente hace lo que sabe hacer, que es lo que le hemos enseñado.
Considero importante detenerme (aunque brevemente para no hacerme pesado ni cansarte) en la importancia que yo le doy a la parte inconsciente de nosotros mismos. Imagínate un motor de combustión de coche sin lubricación adecuada. Acaba calentándose y quemándose y a buen seguro que no nos permitirá llegar al final de nuestro viaje. El lubricante es el elemento que hace posible que el motor funcione suave y adecuadamente.
En nuestro propósito de alcanzar o acelerar la llegada de la **buena suerte** nos encontramos en medio a nuestro inconsciente. Si el motor está limpio y bien engrasado, aparte de ahorrarnos gastos y disgustos, nos acercará con más seguridad a nuestro objetivo, que si no lo está.

Es por eso que queremos hablar un poquito, casi nada, de eso que supuestamente tenemos alojado en la caja fuerte de nuestra cabeza.
En el momento de exponer mi método para alcanzar la **buena suerte**, te daré unas pautas para que, de una manera sencilla y práctica, consigas tú mismo poner en condiciones tu inconsciente y así te sea más fácil conseguir lo que deseas.
Con los términos consciente, subconsciente, inconsciente, semiconsciente y preconsciente suele haber una gran confusión. Si a ello añadimos la VIC o vida consciente y la VINC o vida inconsciente y añadimos el imaginario, el superconsciente y el hiperconsciente ya tenemos la sopa completa. Fue Sigmund Freud[86] quien popularizó el término inconsciente, que ya existía anteriormente, pero dándole un significado diferente y nuevo. Ya no es una supraconsciencia ni un subconsciente[87], como antes, y pasa a ser una instancia adonde la conciencia no llega, pero que se manifiesta a través de los sueños, actos fallidos, síntomas y demás. S. Freud abandonó el término subconsciente por encontrarlo muy ambiguo. Sin embargo, ha perdurado como sinónimo de inconsciente en ámbitos menos profesionales. En realidad hoy día este término está más emparentado con el preconsciente, al que Freud definió como un estadio intermedio entre inconsciente y consciente. Si los contenidos inconscientes consiguen atravesar el velo de la censura, pasan al preconsciente y de ahí al consciente.
Algunos autores dan este nombre de preconsciente al niño, al que se presupone erróneamente que no tiene todavía “uso de razón”.
Algo similar a este sería el imaginario que es una noción del psicoanálisis francés para “expresar la zona intermedia entre el inconsciente y el subsuelo fantástico del consciente, y que sirve de ‘puente’ a los sueños y a la inspiración más primaria. Por ejemplo, cuando no se recuerdan sueños es porque este ‘puente’ del imaginario está desentrenado para retener un nuevo tipo de sueños o un nuevo modo de soñar, según el Dr. Cencillo.
Vida Inconsciente (VINC) y Vida Consciente (VIC) son términos propios de la Psicología Dinámica.
Y **superconsciente** o **superconciencia** son términos empleados en el budismo e hinduismo orientales para referirse al Nirvana o Samâdhi que es un trance o visión involuntaria y un estado de conciencia superior, vetada a la mayoría de los mortales que no practican cierto nivel de Yoga o Meditación. En el Nirvikalpa Samādhi, los yoguis muy avanzados adquirirían el control voluntario del estado de superconciencia, pudiendo entrar y salir del mismo a voluntad. En este mismo sentido o parecido, lo utiliza Osho en algunos de sus libros. En Occidente equivaldría a la Mística (santa Teresa, san Juan de la Cruz, Meister Eckhart, etc.).

Nosotros, al igual que otros colectivos, utilizamos el superconsciente en Occidente como ese "ente" –digámoslo así–, inteligencia, memoria o ley superior, que rige el Universo y que Jung identificaba como como Inconsciente Colectivo. Y otros tratadistas, más esotéricos, como Archivos o Registros Akáshicos (akasha = cielo, éter = espacio), en donde supuestamente se almacenan todos los conocimientos y acontecimientos del Universo desde el principio de los tiempos. Otros hablan también de la mente universal e incluso de la hipermente.

La Física Cuántica da cierto respaldo a esto y aquí, como tal, nos interesa para entender mucho mejor cómo funciona la ley de la **buena suerte**. El Dr. Frank Kinslow en *La Curación Cuántica,* habla de la Consciencia Pura que vendría a ser lo mismo, al igual que el Orden Implicado de Bohm, o el Campo Punto Cero, expuesto por Lynne McTaggard en *El Campo*.

Está también el hiperconsciente que sería un estado de consciencia expandida y focalizada al que se llega por medio de la hipnosis. En esta el individuo puede alcanzar un grado de "éxtasis", es decir, de disociación, de salida de sí mismo tal que ya no sienta el cuerpo y es como si todo él fuera mente, si bien no tiene por qué perder la consciencia de sí mismo ni de su realidad.

Finalmente, y sólo de pasada para no alargarme, habría que nombrar algo que está empezando a estar de moda, como es el Mindfulness y que se define como "atención y conciencia plena, como presencia atenta y reflexiva a lo que sucede en cada momento actual".

Se habla mucho, a veces sin conocimiento, o de oídas, o porque se ha leído en algún panfleto, que la mayoría de la gente sólo utiliza un 10 por ciento (como si fuéramos unos icebergs) de su cerebro. Algunos incluso aventuran que a ese 10 le sobra el 0, con lo que quedaría el 1 por ciento. Evidentemente, eso, dicho de esta manera, es una falsedad, porque lo que se dice usar, se usa todo, al igual que se usa toda la boca para comer o toda la nariz para oler o respsirar, a menos que se tenga algún problema físico que lo impida. Lo que sí es más cierto es que muchísimas de las cosas que hacemos a diario no pasan por nuestra mente consciente. ¿El 99, el 90, el 80…?

¡Quién sabe! Depende también mucho de cada persona. Y también es cierto que las posibilidades de nuestra mente son infinitamente superiores a las que solemos utilizar normalmente, es como si utilizáramos el ordenador sólo para escribir cartas y nada más.

Como se ve, **inconsciente** no significa lo mismo para todos los psicólogos o tratadistas, así, por ejemplo, el literato Goethe decía que "el hombre no puede permanecer mucho tiempo en el estado consciente, sino que debe acogerse de nuevo al inconsciente, pues allí viven sus raíces", y el filósofo Nietzsche: "Toda obra perfecta es precisamente inconsciente e involuntaria", o Kurt Schneider

contraponiendo el 'hombre impulsivo' al 'consciente'.
Nos interesa más ahora el inconsciente de Philipp Lersch que califica de inconscientes ciertos procesos vitales[88].
Así pues, algunas de las funciones orgánicas son inconscientes y son controladas de una forma autónoma por el llamado sistema límbico o parasimpático: así la digestión, la circulación, la respiración, los movimientos del corazón y otros y, por eso, no tenemos mucho control sobre las mismas; sólo cuando estamos enfermos, en unos casos, y el sistema se descontrola, o nos ponemos a pensar en ello, en otros casos, es cuando nos percatamos de que las tenemos e intentamos poner orden conscientemente, bien acudiendo al médico, si fuera necesario y tomando algún remedio, o cambiando su ritmo con gimnasia u otra actividad[89].
Esta sería, digámoslo, la parte inconsciente neurofisiológica o, mejor dicho aún, la que maneja el sistema parasimpático, si entendemos por esto, aquellas funciones u órganos que se activan y trabajan normalmente de modo desapercibido y que, en algún momento determinado, se nos pueden hacer de alguna manera conscientes: "doctor, me duele el estómago". Las órdenes, evidentemente, parten del cerebro y se transmiten a través del sistema nervioso.
Pero cuando en Psicología se habla del inconsciente, generalmente se está haciendo referencia al inconsciente mental, al que tiene por base la parte psíquica del hombre y no la fisiológica. En este sentido, el inconsciente más radical sería aquel que está tan profundamente enraizado en la mente que para sacarlo a flote, es decir, al consciente, para estudiarlo y procurarle una cura (en caso de necesitarlo el paciente), es necesario emplear técnicas de Hipnosis muy especializadas, o de Psicoanálisis, o de Psicoterapia Dinámica, o de Regresión (Anatheóresis, por ejemplo), o de Renacimiento (Rebirthing), incluso, como algunos hacen, de regresiones a "supuestas" vidas pasadas (Brian Weiss, Cabouli, Scharovsky, Antonio. Calderón, etc.).
Hay quienes dicen que esos hechos que se alojan en ese inconsciente radical, a pesar de estar tan profundamente enraizados en la psique, en algún momento fueron conscientes. Esto lo tendríamos que matizar, ya que, aunque tal cosa fuera cierta, cabría la posibilidad y, de hecho así suele ser, que tales hechos, de los que supuestamente no tenemos noticia alguna y que se adhirieron a nuestro inconsciente en algún momento de nuestras vidas, condicionándolas, pudieron entrar en nuestras psiques en momentos tan tempranos como en los primeros años de la infancia y aún mucho antes, durante la gestación. Hay que tener en cuenta que algunas técnicas de tipo regresivo, como la Anatheóresis de Joaquín Grau (1928-2014), se basan en el descubrimiento de estados perceptivos del nonato desde ya el mismo

momento de su concepción.

Habría otro inconsciente psíquico menos radical, y sería el que aloja hechos condicionantes, más o menos patológicos, que suelen ser más asequibles, pero no por ello menos lacerantes; y técnicas más asequibles, como podrían ser la PNL, la EFT o Tapping, la DMC o Desactivación de la Memoria Corporal, la liberación de la memoria celular o CMR, la Curación Cuántica, la EMDR o Desensibilización y Reprocesamiento por el movimiento de los ojos, o la Acupuntura, el Yoga, la Reconexión, el Conductismo y otros, pueden ser muy efectivos para alcanzarlos y solucionarlos.

Por último, cabría hablar del preconsciente, en el que podríamos encontrar todo tipo de manías, fobias, compulsiones y demás psicopatías, que ¿a quién no atacan de alguna manera o alguna vez? El mismo hecho de fumar como hábito, podría catalogarse aquí. Sería lo que Freud llamaría la psicopatología de la vida cotidiana.

El doctor Cencillo, que ya hemos mencionado, en su obra *Lo que Freud no llegó a ver,* distingue entre cuatro tipos de inconscientes (él los llamaba Vidas Inconscientes, VICS). Son muy diferentes entre sí, pero están interrelacionados:

1.- Inconsciente Radical. "Los sujetos humanos captan bastante más realidad que la mediada por sus sentidos orgánicos y por su capacidad de abstraer y de asociar. Es aquí donde radica el llamado "sexto sentido", que aconseja, avisa e induce a lo más oportuno y, cuando ese inconsciente se halla perturbado, puede producir en la vida del sujeto una interminable sucesión de fracasos y frustraciones, la mala suerte". Añade a continuación: "Desde luego, cuando alguien ha fracasado en un par de negocios que inicialmente hubiese imaginado ser seguros e infaliblemente prometedores, que no lo intente más hasta después de haberse sometido a una terapia dinámica, pues puede tener la seguridad de que su vida inconsciente radical no le transmite información fiable".

Esto me lo confirmó en una de sus clases cuando le dije que, no dos, sino algunas más de dos veces eran las que yo había fracasado y que continuaba empeñado en seguir haciéndolo. Pensaba yo que si Colón había "fracasado" una cuantas veces en su afán de encontrar financiación para un viaje que revolucionó el mundo, o Edison que también había "fracasado" 999 veces en la búsqueda de la bombilla perfecta, y otros... y otros..., fracasar una docena de veces en asuntos más sencillos no era nada. Claro, mi problema era que yo no era ni Colón, ni Edison, ni ningún otro de los "fracasados" que en el mundo han sido. Pero... me pregunto yo ahora: si Colón o Edison se hubieran sometido a terapia... ¿hubieran redescubierto América uno, o su bombilla infundible el otro, mucho antes...? ¿O todavía estaríamos amontonados en Europa y otros lugares, o alumbrándonos con

candiles? No me llegué a someter a su terapia dinámica, pero sí a otras para limpiar ese inconsciente radical tan perturbador.

2.- Inconsciente Pulsional (o libidinal). Es el estudiado por Freud. Es el foco de energía psíquica y motor de todo lo demás. Se manifiesta por tendencias y deseos.
3.- Inconsciente Emocional. Es la primera consecuencia del anterior, aunque con aspectos específicos que no dependen de él. Algunos de los fenómenos propios del mismo que nos pueden interesar, son los siguientes:

- Inclinación o rechazo hacia personas y cosas.
- Actitudes emocionales y disposiciones respecto de objetos, posibilidades y tareas.

4.- Inconsciente Sémico. Es el "suelo" del lenguaje y de la reflexión consciente.

3. La semántica del Inconsciente

A Tales de Mileto (640-546 a. C.), el primero de los siete sabios de Grecia, se le atribuye la frase "Conócete a ti mismo"; y Wayne Walter Dyer le añade la siguiente: "La cosa más difícil del mundo es conocernos a nosotros mismos y la más fácil, hablar mal de los demás"[90]. Pero como de Tales no nos llegó ningún escrito original, no sabemos si es verdad algo o nada de lo que se le atribuye. El caso es que, de tan manida esta frase, casi nadie cae en la cuenta de su verdadero significado. Conocerse a sí mismo es pararse a pensar en cómo se actúa normalmente en la vida, cómo se reacciona ante tal o cual acontecimiento, cómo se influye en los demás, cómo le influyen a él los demás, cuáles son las expresiones habituales que utiliza para comunicarse con los demás, cuáles son los pensamientos habituales que tiene en su cabeza, etc. De todo lo que uno pueda averiguar sobre sí mismo, lo que más nos interesa aquí es saber qué pensamientos colonizan su mente habitualmente y qué expresiones los manifiestan, porque la semántica[91] del inconsciente no siempre coincide con la de la realidad que se desea expresar.
Lisa Nichols, de *El Secreto,* pone unos ejemplos que nos aclaran la cuestión de cómo sin darnos cuenta, estamos colonizados:
Pensamiento: "No quiero que me corten mal el pelo".
Interpretación: "Quiero malos cortes de pelo".
P: "No quiero que nada me retrase".
I: "Quiero retrasos".
P: "No quiero que esa persona sea grosera conmigo".
I: "Quiero que esa persona sea grosera conmigo".
P: "No quiero que el restaurante dé a otro cliente nuestra mesa".

I: “Quiero que el restaurante dé a otro cliente nuestra mesa”.
P: “No quiero tener la gripe”.
I: “Quiero tener la gripe y más enfermedades”.

Es decir, el inconsciente pasa por alto o interpreta como “sí” una orden con el adverbio “no”. **El inconsciente se enfoca siempre en los verbos y en los sustantivos**. El inconsciente, como desea por lo general, lo mejor para ti, cambia una oración en negativo por una en positivo, sea bueno o malo el resultado final.

Las oraciones o pensamientos en positivo los entiende tal cual

Si tu mente está llena de pensamientos de verbos y sustantivos negativos, esos son los que captará primero. Más aún si son abundantes.
De manera que, si tus pensamientos y enfoques hacia lo que deseas obtener, los expresas en negativo, eso es lo que vas a obtener. Así pues, **jamás** debes enfocarte en: no tener accidentes, no perder el empleo, no coger un cáncer, no encontrarte con alguien, no perder el tren o el avión, y cosas similares. Enfócate más bien en: llegar bien a tu destino, ascender en el empleo o encontrarte con uno mejor, gozar de buena salud, llegar a tiempo…
Y para que comprendas mejor qué quiero decir con lo de colonizar, te voy a resumir a mi manera un texto fenomenal del neurogenetista Sharon Moalem que cuenta en su libro *La ley del más débil,* lo siguiente:

> “La Plesiometa argyra es una araña que teje una tela circular con un ‘ojo de buey’ en el centro. Vive en la jungla como tejedora feliz y comiendo de su trabajo. Pero un día aparece volando por allí la avispa Hymenoepimecis argyraphaga[92] que pica a la pacífica araña en la boca. Ésta queda paralizada durante 15 minutos, tiempo suficiente para que la avispa deposite en su abdomen un huevo. Se despierta la araña y sigue con su telarcito. Pero cuando eclosiona el huevo, emerge una larva que agujerea el abdomen de la araña y con su sangre se va alimentando. La araña ni se entera. Cuando la larva crece, inocula productos químicos en la araña que la vuelven loca y empieza a tejer sólo algo así como una sabanita, en vez del posavasos de tela acostumbrado. Cuando termina de confeccionarla, y con la araña a su merced, la larva la chupa hasta dejarla seca y suelta su caparazón al suelo de la selva. Luego se arropa en la sabanita y allí se queda un tiempecillo hasta eclosionar en la avispa que es”.

Este es uno de los muchos casos documentados en que la naturaleza muestra las artimañas que una especie posee para controlar la ‘mente’ de otros individuos o especies.
En el género humano ocurre algo semejante, sobre todo mental y físicamente, pues no es necesario inocular ningún virus o producto químico a las personas para colonizarlas, aunque también se hace, como es de todos conocido con los casos de las vacunas que no son

tales.
Colonizas o parasitas sus mentes –en la infancia o en la madurez, que da igual– con prensa, radios, televisiones, internets, religiones, gobiernos y mil etcéteras, y las llevas adonde quieras, sobre todo si la infección procede de un libro antiguo, como el que dice cosas como que:

> "Ha formado primero al hombre de arcilla, luego ha establecido su descendencia derivada de una gota, de una vil gota de agua".
>
> "Formó entonces a Lilith, la primera mujer, del mismo modo que había formado a Adán, aunque, en lugar de polvo puro, utilizó excremento y sedimentos". (Leyenda).
>
> "Yo también me reiré de su miseria, me burlaré cuando el miedo los domine". Proverbios, Biblia.
>
> "Todo rico es un criminal o hijo de uno", san Jerónimo.

Entonces ya sí que apaga y vámonos.

* * *

Desear, querer, exigir, tener, ser, estar

Para el momento de hacer un "pedido de **buena suerte**", hay autores que afirman que el verbo "desear" no es el más adecuado, ya que dicen que desear algo tiene una significación relacionada con una atracción primaria o ciertas formas de necesidad; y que lleva aparejada una impaciencia vital, y todo eso. Por ello abogan por hacer el pedido con el "querer", así pues, dirían: "Quiero un millón de euros", y no: "Deseo un millón de euros". Otros, en cambio, por las mismas razones, trastocan todos los significados y lo expresan justamente al revés. Hay quienes afirman que lo que hay que decir o pensar es que "se está en camino", "a la espera", "en proceso", y frases de ese tipo. Cosa que a mí me parece como que nunca va a llegar lo que se espera, o que lo esperado se ha quedado en el camino, o perdido en el proceso o, peor aún, que ni la espera ni el proceso son el camino para lo deseado o querido.
Y otros, más prácticos, no emplean ni uno ni otro término, empleamos el "tener", el "ser" o el "estar"y además en presente de indicativo y en primera persona o, incluso nada. Así decimos: "¡soy rico!", "estoy aprobado", "¡ya tengo un millón!", "tengo salud", "hoy tengo un buen día", "la **buena suerte** me acompaña", y aún mejor: "aprobado", "millón", "**buena suerte**", "¡salud, salud...!", etc., pero **creyéndolo** de verdad como aconsejaba J. Murphy.
Algunos piensan y puede que no les falte la razón que hacerlo en

presente se produce una disonancia cognitiva, ya que el inconsciente sabe que no es verdad que seas rico.
Lester Levenson (del **Método Sedona**) apoyando lo que digo, afirma: "Querer es la palabra más negativa del idioma inglés. Búscala en http://www.dictionary.com, después olvídate de querer y asciende dentro de tener. Querer es falta, sufrimiento, congoja. Tener es divertido, fácil y agradable".
Quien nos pone al alcance lo que pedimos, no es el genio de la lámpara escuchando con sus orejotas en todo momento, es la vibración del Universo la que capta nuestro anhelo por medio de nuestras palabras y pensamientos vibrantes. Por eso es posible hacerlo incluso gritando, si se desea, y hasta exigiendo, si bien de buenas maneras, o sea, con delicadeza.
Hay quienes piensan, por causa de cierta formación religiosa, que este tipo de petición ha de ser necesariamente semejante a una oración a Dios o a los santos. Y no hay tal. Si cuantos rezan en el mundo a diario, sean musulmanes, cristianos, budistas u otros, aprovecharan mejor la energía que se desprende de su cantinela repetitiva y cansina, otros resultados obtendrían, pero ya vemos que tal cosa no ocurre.
Pero en nuestro caso, no es a un Ente, más o menos personal, creador y cuidador, a quien enviamos nuestra petición de **buena suerte**, sino a la energía universal que está ahí y de la que formamos parte también nosotros. Y, como tal energía, lo que esta capta de nosotros, no son en realidad nuestras palabras y pensamientos, sino la energía de las vibraciones que se desprenden de ellos. Esto así, está claro que no podemos prescindir de las palabras o pensamientos, ya que ellos son el soporte que nos proporciona ese tipo de energía. En ellos está el secreto. Esto es algo a tener muy en cuenta.
Quizá pienses en qué diferencia hay. Está bien. Puedes darle el nombre que quieras a esa energía universal, siempre que no pierdas de vista y no se te olvide que esa Energía Universal en la que quizá crees, no es un ente racional con enormes orejas y ojos saltones, cabello encrespado y dedo amenazante esperando a que le pidas cualquier cosa y te escuche o vea, para dártela o no, castigarte o sí. Por tanto es un ser que no lo es, sólo responde a vibraciones, pues es una **energía** adecuando las tuyas a sus disponibilidades; o a otras energías, que es, en definitiva, lo que somos. Un ser que no es, no puede pensar. ¿Piensa un vehículo que estás presionando una palanca para que arranque? No, arranca porque responde a la energía que le has dado a la llave o a la palanca adecuada.
En la vida diaria no sería correcto andar exigiendo para conseguir las cosas. Lo suyo es pedirlas con humildad, con respeto, con delicadeza, ya que es la mejor forma de conseguirlas. Si las exigimos con vehemencia, lo más probable es que no las consigamos. Las exigencias

bajan el nivel de vibración de uno, molestan al otro y nos cierran puertas. Observa cómo consiguen las mujeres lo que desean (si eres hombre). ¡Vosotras sí que sabéis!
En el Universo esto no es exactamente igual. Se puede exigir y hasta pedir en voz alta... pero también con delicadeza, que esta es la que nos mantiene en el nivel afinado y adecuado de vibración.
No son pues, repito, las formas, palabras y pensamientos lo importante, sino las altas vibraciones positivas que estos emiten.

* * *

Dialogando con el inconsciente de manera sencilla

Hay varias maneras sencillas para adentrarse en el inconsciente y poder saber qué es lo que este nos quiere comunicar, a la vez que para contactar con la sabiduría universal que nos traerá la **buena suerte**, tanto como para saber aquello que nos interesa con relación con nosotros mismos, o sea, con lo que más nos conviene. Todo esto sin relajaciones ni hipnosis. Advierto de entrada que ninguna de estas maneras sirve para ganar loterías, bingos o suertes diversas.
Y ninguna de ellas, desgraciadamente, te las puedo enseñar en el marco de este libro, por eso te aconsejo que, si estás interesado, te procures libros que las expliquen (en la bibliografía hay algunos).

La 1ª manera pertenece al campo de la **intuición**.
La intuición se puede desarrollar. Pero lleva un tiempo y aquí no lo tenemos para hacerlo. Algunos lo llaman el sexto sentido, para otros este ordinal lo ocupa el sentido del **equilibrio**, al igual que el séptimo sentido lo sería el del **tiempo**. En fin, vamos a llamarlo el sentido de la **intuición**. La intuición suele manifestarse como una corazonada. Así: si en un momento dado tienes que tomar una decisión y lo primero que te viene a la mente o al corazón es un determinado camino, por muy irracional que te parezca, es el que deberías tomar, porque posiblemente es el camino que te ofrece tu inconsciente como el mejor.
La 2ª pertenece al campo de la **kinesiología**[93] clásica. Ya hemos hablado de ella en el **Capítulo 1–6 Pensamiento positivo**.
La 3ª pertenece a la **kinesiología de los dedos**. Junta tus dedos anular y pulgar por las yemas. Al tiempo que pones tu dedo índice de la otra mano en medio de esos dos dedos, piensa en algo que quieras testar y saber si te conviene o no, por ejemplo tomar azúcar. Tira con fuerza de ese índice para separar a los otros por donde se juntan. Si lo consigues con facilidad (cosa casi segura con el azúcar) será que no te

conviene tomarla.
Si en vez de azúcar, es cualquier otra decisión la que quieras consultar, la respuesta estará en la facilidad (negativo) o dificultad (positivo) de separar los susodichos dedos.

La 4ª es el **test del equilibrio**. Viene explicado por Nelson Bradley en *El código de la emoción*, y lo explica de la siguiente manera que abrevio: Para probar el test debes adoptar una posición de pie vertical y asegurarte de estar cómodo. Permanece parado, con los pies separados del ancho de los hombros. Quédate quieto con las manos colgando a los costados. Deja ir todas las preocupaciones y relaja tu cuerpo. Puedes cerrar los ojos si quieres. En pocos segundos notarás que es casi imposible permanecer completamente quieto.
Cuando hagas una afirmación positiva, tu cuerpo debería balancearse bastante hacia adelante en menos de 10 segundos. Cuando hagas una afirmación incongruente o falsa, debería balancearse hacia atrás.

La 5ª es el **péndulo**. Solo tienes que tener en cuenta lo siguiente: Tomas el péndulo por la parte contraria al peso y lo colocas encima de la palma de tu otra mano, sin que la llegue a tocar. El péndulo funciona por acuerdos o convenios mentales, por preguntas claras, directas y minuciosas, no generales. Tú convienes con él si tal o cual cosa te es útil y beneficiosa o no, y el péndulo te responderá con uno u otro giro. Así pues, limpia tu mente de cualquier pensamiento o deseo que te distraiga y, concentrado, dale un pequeño impuso al péndulo y dite a ti mismo mentalmente esta frase: "¿Cuál es mi 'sí'?". El péndulo girará a derecha o a izquierda. Con eso sabrás que tu 'no' será el giro contrario al que acabas de ver. Pruébalo. Al principio puede que te cueste algo conseguirlo y no sea muy fiable la respuesta, pero al cabo de un tiempo de práctica y más práctica ya siempre te dará el mismo resultado.
Aunando Radiestesia y Kinesiología, dos disciplinas de alto nivel con las enseñanzas del psiquiatra Dr. David R. Hawkins[94] en *Poder frente a la fuerza,* tendremos un instrumento extraordinario como uno de los que yo utilizo y que llamo KR-PSY.
"Amaestrado" tu péndulo, ya puedes preguntarle sobre si, por ejemplo, tal o cual decisión, o paso que vayas a dar, es o no bueno y útil para ti. En todo caso, debo advertirte que, aunque yo lo haga así a veces, estas explicaciones son algo simples y que para tomar decisiones importantes, lo mejor para ti, si quieres emplear este método, sería consultar a un buen profesional o leer algún libro más completo, por ejemplo *Los Códigos del Universo* de mi colega Rafael Gordillo o *La **buena suerte** sin cuentos* de un servidor (ambos *bestsellers* en Amazon) o hacer alguno de nuestros cursos en donde enseñamos no solo a buscar aguas subterráneas, sino también petróleo, gas,

personas desaparecidas, minerales, y un largo etcétera. Nuestros códigos son únicos en el mundo y esta una profesión renovada y con un futuro impresionante.

4. Consciencia – Conciencia

El Diccionario de la RAE dice que ambos términos son equivalentes y te remite el primero al segundo sin más. Y así es, su raíz es común tanto en griego como en latín. El problema es que un mal día los académicos se levantaron con los ojos legañosos y le quitaron la '**s**' a la primera, que siempre tuvo. Es decir, en teoría es la misma palabra. Ahora bien, el uso ha producido una diferencia entre ambos términos que no nos viene mal del todo.
El *Diccionario Panhispánico de Dudas* sí resalta esta diferencia y dice que no son intercambiables en todos los contextos. Así, en sentido moral, como "capacidad de distinguir entre el bien y el mal", solo se usa la forma **conciencia**.
Con el sentido general de 'percepción o conocimiento', se usan ambas formas. A mí personalmente me gusta más con la letra 's'.
Se dice que con**s**ciencia es el conocimiento inmediato que el sujeto tiene de sí mismo, de sus actos y reflexiones, de verse y reconocerse a sí mismo y de juzgar sobre esa visión y reconocimiento.
Roger Bartra en *Antropología del cerebro,* dice: "Yo sugiero que la con**s**ciencia del yo (en inglés conserva la s, si bien hay 'conscience' y 'consciousness', y esta segunda es la que yo traduciría por con**s**ciencia) empieza a desarrollarse por medio de otras personas: tal como aprendemos a mirarnos en un espejo, así el niño se vuelve con**s**ciente de sí mismo al sentir su reflejo en el espejo de la conciencia que de ellos tienen los otros".
La con**s**ciencia se dice también que es una función de la conciencia: es el proceso o experiencia de darse cuenta de los pensamientos, sentimientos y actos. Es el proceso por el cual nos percatamos o percibimos los fenómenos que nos acontecen.
A partir de ahí ya cada cual arrima el ascua a su sardina; así en la neurociencia, la con**s**ciencia es un "proceso mental, es decir, neuronal (¡vale, que sí!), por el que nos percatamos de nuestro yo". Desde el punto de vista de la biología evolucionista darwiniana, el nobel de 1972, Gerald Maurice Edelman, desarrolla en una trilogía su teoría de la con**s**ciencia, concretamente en *The Remembered Present*[95] (1990), que contiene una extensa exposición de esta teoría de la con**s**ciencia basada en sus estudios del sistema inmunológico.
Coloca explícitamente su teoría, dentro de la teoría de la selección natural de Darwin, que postula que la variación individual dentro de las especies provee las bases de la selección natural que

eventualmente dirige la evolución de las nuevas especies.
Argumenta que la mente y la consciencia son fenómenos completa y biológicamente materiales surgidos de los altamente complejos procesos celulares dentro del cerebro y que el desarrollo de la consciencia e inteligencia pueden ser satisfactoriamente explicados por la teoría darwinista. ¡Lástima de Premio Nobel desperdiciado!
Pero yo quiero contaros la historia del mono número cien, que el biólogo Lyall Watson (1939-2008) cuenta en su *Marea de vida,* y que nos servirá mejor para nuestro propósito:

> «Un mono vivía libre en la isla de Koshima. En 1952 unos científicos empezaron a darles a los monos batatas que les echaban en la arena. A los monos les gustaba su sabor pero no la arena. Una hembra de 18 meses llamada Imo, resolvió el problema lavando las batatas en un arroyo cercano. Después le enseñó el truco a su mamá. Pronto sus compañeros de juego aprendieron a hacerlo también, al igual que sus madres.
> Poco a poco, más monos fueron aprendiendo esta innovación. Entre 1952 y 1958 todos los monos jóvenes habían aprendido a lavar la arena de las batatas en el agua. Los adultos que imitaron a sus hijos, aprendieron esta mejora social, pero otros adultos seguían comiéndose las batatas arenosas.
> Entonces sucedió algo sorprendente. En el verano de1958, un determinado número de monos en Koshima ya lavaban las batatas –se desconoce el número exacto–. Supongamos que al salir el sol una mañana había 99 monos en la isla Koshima que habían aprendido a lavar sus batatas. Supongamos también que un poco después, esa misma mañana, el mono número cien aprendió a lavarlas».

Los científicos dedujeron que cuando un determinado número crítico de monos (lo llaman 'masa crítica') lograba despertar la conciencia, esta nueva conciencia se podía comunicar de una mente a otra. Si bien el número exacto puede variar, el fenómeno del "mono número cien" se podría transliterar a las personas, significando que cuando apenas un número limitado de personas conoce una nueva forma, solo es propiedad consciente de esas personas.
Pero hay un punto en el cual, cuando una sola persona más, sintoniza esta nueva consciencia, el campo se refuerza de tal manera que esta consciencia la adquieren casi todos. Y puede saltar al resto de la especie sin existir un medio conocido que la transmita. Eso es lo que pasó con los monos de la isla que, al poco de haber aprendido a lavar las batatas, sus congéneres de otras islas –sin verse ni conocerse de nada– aprendieron también a lavarlas.
Dice Esther Hicks en *El increíble poder de las emociones*, que "lo que llamas consciencia es la creencia (propiciada por los que vinieron antes que tú) que te han imbuido de lo que está bien o de lo que está mal que seas, hagas o tengas. Debido a que este sistema de creencias te ha sido impuesto desde fuera, también puede ser modificado por quienquiera que influya en tus pensamientos en el presente".
En otras palabras, nuestras consciencias flexibles y diversas han sido

moldeadas por temores, alabanzas, reprobaciones y recompensas prometidas o amenazas de castigo (ya sea ahora o posteriormente) por las generaciones que nos han precedido. Por eso, para intentar calmar las conciencias de quienes con sus temores pretenden controlar a los demás, cada nueva generación recibe la instrucción de que "te guíe tu conciencia".

Bien, lo que nos interesa aquí es que nos fijemos en cuál es nuestra consciencia con respecto a cuanto nos importa de cara a la búsqueda de nuestra **buena suerte**. Y de lo que nos daremos cuenta posiblemente es de que, consciente o inconscientemente, nuestra mente está totalmente colonizada por creencias, ideas, respuestas y argumentos que ni siquiera son nuestros, que no los hemos elaborado nosotros y que nos los han dado y los hemos recibido, sin discusión ni oposición alguna por nuestra parte. Es decir, pensamos con pensamientos de otros. Apenas tenemos sentido crítico[96] de cuanto entra en nuestras cabezas, empezando por cualquier mensaje Subliminal[97] que ignoramos tener alojado allí, hasta cualquier promesa o soflama del vendedor, predicador o político de turno. No podemos tenerlo, porque son miles de impactos los que penetran de continuo en nuestras mentes y no tenemos siquiera tiempo de analizarlos. Así, luego decimos cosas como: "Lo han dicho en la televisión", "Lo he oído en la radio", "Lo he leído en el periódico". Y si es así, nos lo creemos a pie juntillas. Es increíble hasta qué punto tantísimas personas en el mundo se dejan colonizar mentalmente por otras y permanecen esclavizadas de por vida a sus mensajes, a sus libros sagrados, a sus líderes y a un sinfín de ideas ajenas.

Un caso paradigmático sería, por ejemplo, la especie de que la calvicie no tiene remedio. Lo dice la televisión, la radio, los libros, los periódicos, los médicos, los peluqueros, y hasta el "sursum corda". Entonces yo me pregunto: ¿Quién me va a creer si le digo que yo, candidato máximo a cabeza-bola-de-billar, todavía me peino la azotea, a pesar de mi edad, gracias a "algo" que tuve la **buena suerte** de encontrar un buen día?

Precisamente la consciencia, ese despertarse y observar, es la que se dice que produce el colapso cuántico, o sea, la que hace que en el mundo subatómico, un observador consciente puede hacer que la función onda colapse y pase a convertirse en partícula subatómica y, por tanto, la que nos permite cambiar nuestras creencias para así poder obtener aquello que deseamos.

David J. Bohm, a la pregunta de cómo nos conectamos conscientemente a esa energía superior para recibir información y lo que le "pidamos" por la Ley de la Atracción, nos dice que la "inteligencia palpita dentro y fuera de la materia y las resonancias se producen entre consciencias parecidas".

Bien, oigamos de nuevo a Gikandi lo que nos dice en *Un feliz bolsillo lleno de dinero:* «No necesitas nada fuera de ti para aumentar tu consciencia de riqueza y de dinero. Todo lo que necesitas está dentro de ti ahora mismo. Puede que te hayas olvidado pero está ahí. Y aquí hay otro secreto: la consciencia de la riqueza es simplemente la expansión de tu consciencia y la percepción de las partes ricas dentro de tu ser. Por esa razón es que todo lo que necesitas para aumentar tu consciencia de la riqueza ya está dentro de ti.

Tú ya eres rico, pero te enseñaron a elegir el no experimentar tu riqueza. Este conocimiento cambia todo. Tal como lo hacen los ricos, tú puedes saber ahora cómo hacerlo y empezar a experimentar el rico que hay en ti».

Si la consciencia causa el colapso onda-partícula[98], evidentemente no puede ser una conciencia cualquiera. De ahí que yo me atreva a formular toda una serie de niveles de conciencia, aunque no sabría decir cuál de ellos es más o menos poderoso.

Si le miramos el morro a un gusano o a un pez, no vislumbramos capacidad de consciencia alguna, (conciencia con el significado de conocer y saber, por supuesto que tienen), y si se lo miramos a un perro o a un simio, la cosa ya cambia. Cuando observas en un zoo la expresiva cara de un orangután o un delfín que te miran, ¿no llegas a pensar en lo poco que te separas de ellos mentalmente?

Pues bien, ¿no crees que hay una gradación desde la conciencia más simple hasta la superconsciencia de que disfrutan algunos?

Aquí me quería parar un momento para recordarte que en psicoterapia y en hipnosis, por ejemplo, pero también en otros técnicas, se dice que alguien ha tomado consciencia, ha tenido un "insight", cuando, de repente... ha visto, ha caído en la cuenta o se le ha iluminado la mente sobre algo que siempre tuvo o estuvo ahí y que no percibía. A partir de ese momento empieza la consecución de una mayor consciencia y el proceso de curación. Este pues es uno de los niveles que quiero que consideres, y por ello yo lo incluyo en mi método de la **buena suerte** en la relajación.

5. IMAGINAR – VISUALIZAR – CONCENTRARSE

Tolku Thundop es un monje tibetano que huyó de su país cuando los chinos lo invadieron. Trajo a Occidente su sabiduría ancestral y en *El poder curativo de la mente,* expone, entre otras enseñanzas, lo que en la cultura tibetana se entiende por visualización. Dice:

> «Una de las mejores herramientas de la meditación es la visualización, capaz de transformar nuestros esquemas mentales negativos. Algunos principiantes contemplan la visualización como una actividad mental difícil o extraña, pero en realidad es bastante natural, pues todos nos valemos continuamente de las imágenes para pensar. Cuando pensamos en nuestros amigos o familiares, o cuando nos imaginamos que estamos en una hermosa playa o en un lago en la

montaña, vemos esas imágenes mentalmente, con bastante claridad. En la meditación visualizamos con un propósito concreto, pero el proceso mental es el mismo. Con la práctica podemos obtener excelentes resultados.

Aunque la visualización tiene una larga tradición en el budismo tibetano, a mucha gente que no conoce el budismo ni se interesa por él, esta técnica le ha resultado sumamente útil. Algunos atletas profesionales, por ejemplo, visualizan que mejoran su actuación y que dan lo mejor de sí. Las imágenes positivas inspiran a todo tipo de personas en toda clase de actividades.

Lo más importante de la visualización es invocar las imágenes positivas con convicción y entusiasmo.

Presta toda tu atención al objeto mental, concéntrate intensamente en él. Deja que la mente y el objeto se conviertan en una sola cosa. Si vemos la imagen en nuestra mente sin entusiasmo o distraídamente, no podemos concentrarnos del todo».

Entonces es como si contempláramos fijamente un objeto sólo con los ojos, pero no con todo nuestro ser. La contemplación debe realizarse con la mente, y no exclusivamente con los sentidos. Sería una especie de sinestesia o "mezcla de varios sentidos". Un sinestésico, por ejemplo, puede 'oír' colores o 'ver' sonidos, y eso realmente, (Ramachandran).

Para los principiantes, la clave consiste en sentir la presencia de lo que se está imaginando. No hace falta que la visualización sea muy elaborada ni detallada; lo que importa es que la mente esté abierta y que los sentimientos sean afectuosos.

Imaginar no es lo mismo que visualizar. Pero la visualización se sirve de la imaginación y elabora una nueva realidad, viva y vibrante, con los elementos que la imaginación nos proporciona, algo muy útil para alcanzar nuestro objetivo de **buena suerte**.

Y añade Tolku:

«La concentración es necesaria para cualquier ejercicio espiritual o actividad mental. Aprendiendo a concentrarnos hacemos que la mente sea más fuerte, más clara y más tranquila. La concentración protege nuestra sabiduría interior como la mano protege del viento la llama de una vela.

Concentrarse en un objeto con significado espiritual genera energía positiva, bendiciones y karma positivo. Sin embargo, podemos enseñar a nuestra mente a concentrarse en cualquier cosa, tanto si se trata de un objeto físico como de una imagen mental, aunque no tenga significado espiritual.

Las enseñanzas budistas para fortalecer la concentración incluyen dos métodos: el interno y el externo. El método interno consiste en concentrarse en el propio cuerpo, por ejemplo, viéndolo como una deidad o como un grupo de huesos.

También podemos concentrarnos en algún elemento del cuerpo, como la respiración, o en el cuerpo visto como luz o energía. El método externo consiste en concentrarse en imágenes, "tierras puras" u otras visualizaciones.

Si no logramos concentrar nuestra mente, por más que nos esforcemos y practiquemos durante años, jamás alcanzaremos nuestro propósito».

Hay algunas personas que apenas son capaces de imaginar ni de visualizar. No deben ser muchas, puesto que no hay literatura escrita

sobre este fenómeno, o no me consta. No sabría pues qué se podría hacer por ellas. Porque además, por ello, se privan también de los beneficios de la hipnoterapia o hipnosis clínica, de la relajación, de la meditación y otras técnicas similares.
Para el resto sí hay protocolos a seguir en el proceso de aprendizaje de la visualización.
En primer lugar, quien desee visualizar cualquier imagen o acontecimiento, le puede servir de mucha ayuda contemplar esa imagen o acontecimiento en la realidad una y otra vez. Al poco, eso que se ha contemplado, es fácil revivirlo en la mente como recuerdo, si se quiere, pero de una manera clara. El proceso de visualización empezaría cuando a esa imagen o acontecimiento, se le empiezan a añadir detalles o movimientos que no están en el original.
Visualizar también es el proceso de ir convirtiendo en imágenes, aquellas palabras que las describen. Es el caso de las novelas u obras de ficción que, según quien las lea, crea en su mente y visualiza unas imágenes o acontecimientos que pueden ser totalmente diferentes a los de otros lectores.
La visualización nos es muy útil para concentrarnos exactamente en aquello que deseamos y para lo que buscamos la **buena suerte**. Me explico. He visto un coche que me agrada. Voy a mi casa y me paro a pensar en él. Lo tengo ya en mi mente. Pero resulta que lo que no me gusta de él es el color, entonces me concentro en un color que sí me gustaría que tuviera mi coche. Mi mente empieza a visualizar ese mismo coche con mi color. A continuación, pienso un poco más y veo que me gustaría que el volante fuera un poco más pequeño y deportivo, lo cambio. Y así hasta conseguir mi coche ideal con todos los detalles que prefiero. Lo retengo en mi mente y esa es la visualización que en adelante tendré de mi coche. ¿Existe tal coche? ¿Es real? Puede que sí o puede que no. Pero para mí sí lo será pronto.
La visualización en definitiva nos va a servir para crear nuestra propia realidad, primero dentro de nosotros, luego fuera.

6. Sentimientos y Emociones

Intentar explicar qué son las emociones puede ser algo de lo más farragoso si uno hunde sus narices entre libros de neurociencia: que si Le Doux, que si E.T. Rolls, que si Damasio, que si Greenfield, que si Mora, que si Zecki... o que si la amígdala cerebral, la corteza prefrontal, las hormonas... o que si la evolución... A propósito de ella, cabe recalcar que esta no está científicamente demostrada al cien por cien, ni mucho menos, pero todos estos científicos echan mano de ella, como si tal cosa, porque dicen que es más segura que cualquier otra teoría. Según ella, hacen falta miles de años, si no millones, para que

una necesidad, un impulso, un gesto o algo similar, a base de repetirse y repetirse un sinfín de veces, produzca a la larga un avance evolutivo. De ahí a la selección natural darwiniana de que "los más aptos son los que perduran[99]".

Desde las neurociencias, las emociones se definen como: "reacción conductal[100] y subjetiva producida por una información proveniente del mundo externo o interno (memoria del individuo)".

También dicen los neurocientíficos que las emociones son un poderoso instrumento de comunicación de nuestro cerebro, puesto al servicio de la supervivencia, siendo el lenguaje emocional el más antiguo de todos, (Francisco Mora).

Joe Dispenza, también neurólogo pero, a la vez, escudriñador de otras vertientes de la realidad, dice en *What the bleep...!?* que las "emociones están diseñadas para reforzar químicamente algo y transformarlo en memoria a largo plazo. Para eso las tenemos".

Hay autores que desde la Psicología confunden o dan el mismo valor a los sentimientos que a las emociones.

Evidentemente son cosas distintas.

Paul Ekman, autor de *Emotion and human face,* psicólogo de la University of California en San Francisco y experto mundial en el campo de la expresión facial del afecto, hizo un estudio sobre 100.000 expresiones faciales y encontró porcentajes muy altos en que coincidían seis emociones básicas: alegría, disgusto o desagrado, sorpresa, tristeza, rabia o cólera y miedo.

No obstante, propone una lista de hasta 15 emociones básicas: alegría, enojo, desprecio, satisfacción, disgusto, placer sensorial, embarazo, excitación, temor, culpa, orgullo, alivio, tristeza/desazón, satisfacción y vergüenza.

Afirma que "sostener la universalidad de las emociones básicas no implica adoptar una postura biologicista: las emociones son aprendidas". Y que "hay distintas clases de sonrisas, sólo una de las cuales guarda relación con la alegría".

A veces las respuestas a cosas intrincadas o que no sabemos por dónde hincarles el diente está en el lugar más sencillo y a veces menos pensado, así en el diccionario de la RAE se dice:

> **Sentimiento**
> **1.** Acción y efecto de sentir o sentirse, o sea, experimentar sensaciones producidas por causas externas o internas.
> **2.** Estado afectivo del ánimo producido por causas que lo impresionan vivamente.
>
> **Emoción**
> **1.** Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática.
> **2.** Interés con que se participa en algo que está ocurriendo.

O sea, que, para decirlo más claramente, el sentimiento es un estado en el que se vive, se disfruta o se sufre y ese sentimiento se convierte en emoción cuando, en un momento determinado, se produce alrededor del mismo como una explosión interna que puede acabar saliendo al exterior (lágrimas, sollozos, risas, palabras), dependiendo del control que sobre las emociones tengamos.
Una emoción lo que hace es despertar un sentimiento, de manera que si, por ejemplo, yo odio a las cucarachas, eso es un sentimiento, pero si me encuentro una cucaracha en la sopa, se me despierta una emoción tan fuerte que ni te digo.
También una emoción puede crear un sentimiento. Así, por ejemplo, si veo en la televisión a un niño africano o indio, desnudo y comido por las moscas, si no tengo el corazón muy duro, puede despertar en mi una emoción muy fuerte de rabia y de dolor y hacerme incluso llorar de ver lo bestias que somos los humanos por permitir tal cosa, al tiempo que ese niño despertará en mi un sentimiento de compasión e incluso de ganas de remediar su situación.
Así pues, en definitiva, las emociones pueden ser, según las circunstancias, las personas y los objetivos a los que se dirigen: **positivas** o **negativas** y (dentro de estas) las **destructivas**.
El actual dalái lama decía en una entrevista que "la mayor parte del sufrimiento humano se deriva de las **emociones destructivas**[101], como el **odio**, que alienta la **violencia**, o el **deseo** que promueve la **adicción**", que junto con la **ignorancia** son los **Tres Venenos** o raíces de todo mal, según la visión budista.
En realidad, ni sentimientos ni emociones destruyen nada por sí mismos. Lo que realmente es destructor es la acción que un sentimiento o una emoción pueden desencadenar hacia afuera, si bien, dentro de uno mismo, si no se anulan, controlan o dirigen, pueden hacer mucho daño al propio individuo que los siente, porque pasan a formar parte de su negatividad.
El mundo de las emociones es muy importante para nuestra búsqueda de la **buena suerte**. Luego lo veremos, ya que son nuestros mejores guías indicadores, nos mantienen **enfocados**.
Basta con saber si una emoción nos agrada o no, nos hace felices o no, para saber si estamos en el buen camino. Si una emoción nos produce malestar o desazón es que algo no anda bien y, al contrario, si nos produce bienestar, alegría o felicidad, sabremos que ése es el buen camino.
A las metas y objetivos de buscar la **buena suerte** es importante inyectarles fuertes dosis de emociones positivas.
Se dice que hay emociones que pueden perturbar el campo electromagnético del corazón, y que las que se han documentado con más precisión son la ira y la hostilidad.

Una vez perturbado ese campo, el cuerpo actúa de manera desintegrada. El sistema inmunológico se inhibe y aparecen problemas de susceptibilidad al cáncer, las infecciones y el envejecimiento acelerado. Cuando alguien está alterado de esa manera, hasta los animales lo captan. No es pues buen estado este para llamar a la **buena suerte**.

Daniel Goleman popularizó el término inteligencia emocional en su libro *Emotional Intelligence* de 1995 y afirma que es la capacidad para reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos. Goleman estima que la inteligencia emocional se puede organizar en cinco capacidades: 1-conocer las emociones y sentimientos propios, 2-manejarlos, 3-reconocerlos, 4-crear la propia motivación y 5-gestionar las relaciones.

Todo esto está muy bien y es bueno saberlo, pero quien más se acerca a la cuestión es el Dr. Bradley Nelson que en su tratado *El código de la emoción,* nos dice cosas tan en consonancia con lo que estoy exponiendo aquí que merece la pena oírlas, tanto por venir de su autoridad, como por las razones que expondré enseguida. Él habla de las **emociones atrapadas**.

Estas son algunas de las emociones negativas que hemos experimentado en el pasado y que, a pesar de ser antiguas, todavía pueden estar creándonos problemas, ya que quedaron como enquistadas en nuestro más profundo inconsciente y, desde ahí estar actuando a nuestro pesar, porque las emociones atrapadas no son más que energías bien definidas que tienen una figura y una forma y, a pesar de no ser visibles, son muy reales. Ello nos puede estar produciendo no sólo nuevas emociones negativas, rechazos incontrolables hacia personas o cosas o, lo que es peor, enfermedades de las de "etiología desconocida". Su método terapéutico es bien sencillo y, al parecer eficaz, por eso te lo recomiendo, más que nada por si tuvieras alguna emoción atrapada contra el dinero, la riqueza o, en definitiva, la **buena suerte**.

No es única esta técnica en el panorama del control de las emociones y su filosofía implícita, también disponemos de la Anatheóresis de Joaquín Grau del que ya hemos hablado, que, en definitiva, lo que hace es lo mismo, aunque por diferentes caminos y yendo con mucha más profusión a periodos prenatales en donde se pueden alojar, y de hecho se alojan, muchas de estas emociones perturbadoras. No se toca al paciente para nada. Todo funciona dentro de un estado consciente de relajación a 4 Hz al que el autor llama IERA y que es similar, de alguna manera, a la hipnosis.

El estado consciente a 4 Hz parece una incongruencia, puesto que ahí estamos prácticamente en el umbral del sueño, pero una simple orden prehipnótica consigue fácilmente que el paciente no se duerma y entre

en esa frecuencia cerebral que permite revivir acontecimientos más o menos traumáticos, no sólo recientes, sino también de la infancia, e incluso de antes de nacer. De esta manera, se podrían encontrar en lo más profundo del inconsciente, los acontecimientos no necesariamente traumáticos que hicieron que el paciente inconscientemente rechazara la abundancia, el dinero o la riqueza. Como está enfocada a la terapia, nadie, ni yo mismo, hemos intentado utilizar esta técnica para casos difíciles de mala suerte, pero sería perfectamente posible.

También se pueden incluir aquí las Técnicas de Liberación Emocional (EFT) de que luego hablaré un poco más.

Dejo fuera las técnicas de Brian Weiss y otros de regresiones a supuestas vidas pasadas. Y no porque no crea que funcionen o dejen de funcionar, sino porque nos pueden llevar a malentendidos. Si alguien cree en estas técnicas y cree que le pueden hacer algún bien, pues se lo hará.

Sin embargo haré una excepción con el sistema de la Desactivación de la Memoria Corporal que, aún siendo su descubridor (Antonio Calderón), psicólogo, y su técnica, manual, hace hincapié en el tema de las supuestas vidas pasadas. Pero en definitiva lo que consigue es lo mismo, liberar al paciente de emociones negativas pasadas que dificultan o entorpecen su salud y bienestar; no lo recomiendo demasiado ya que el proceso es sumamente doloroso a nivel físico. En nuestro caso habría que aplicarlo a problemas psicológicos, ya que cuanto más libre esté uno de ellos, más fácil le será atraer la **buena suerte**.

La DMC no es un sistema de relajación ni de hipnosis, aunque se caiga en ella al momento y sin inducción previa. Como su nombre indica, es una técnica para liberar emociones profundas y arraigadas de traumas pasados –incluso de vidas pasadas, dice– pero no resueltos totalmente. El paciente somatiza en su piel, hasta límites que parecen increíbles, toda una serie de señales producidas presuntamente por esas emociones negativas al ser liberadas. El proceso es ciertamente doloroso y, cosa también digna de señalar, es que algún paciente en ese "trance" se puede expresar con un lenguaje aiscrolálico[102], o blasfemo, e incluso con una lengua extraña o desconocida (xenoglosia) por el paciente, como he tenido ocasión de observar. Cosa que da que pensar. Los estigmas que esta técnica dejan en el cuerpo y que duran al menos una semana, podrían hacernos pensar en los famosos casos de estigmatizados como los de Bongiovanni, Padre Pío, Teresa Newman o san Francisco.

Otras técnicas enfocadas al mismo objetivo de liberar emociones, serían la EMDR (Desensibilización y Reprocesamiento por Movimientos Oculares). Y también la CMR (Liberación de la Memoria Celular), el Método Sedona, el Código de la Emoción, la CC (Curación

Cuántica), el CC (Código Curación de A. Loyd), la HCR (Hipnosis Clínica Reparadora) también con el recurso a vidas pasadas, del psicólogo argentino Armando Scharovsky, la Reconexión de Pearl, Psych-K y otros, que ya he nombrado.

Otra técnica también interesante es la propuesta por Fénix en su *Curso Básico de Bioprogramación,* y que llama la Biofusión (tomada quizás de Stuart Lichtman). Consiste en reprogramar una subpersonalidad[103] que, en definitiva, es un grupo de células del cerebro que están funcionando por sí mismas sin que se tenga control sobre ellas. Antes, la única solución era a base de fuerza de voluntad, ignorando esas palabras que te frenaban, parando esos pensamientos limi tadores y poniendo voluntariamente afirmaciones positivas.

Era un método duro, pero eficaz. Hoy existe algo más eficaz aún, y consiste en ir a la causa del problema, y solucionarla.

¿Cómo se hace esto?

> «El primer paso consiste en encontrar esas supersonalidades. Porque, como es lógico, tenemos que localizarlas para poder fusionarlas. ¿Y cómo puedes encontrarlas? –¡Simplemente tienes que buscar! Busca y encontrarás. "Mira dentro de ti mismo, mira en tu interior".
> ¿Cómo? –Por ejemplo, puedes cerrar los ojos, girar los ojos hacia arriba, y allí intentar encontrar a "las personas que tienes dentro de ti".
> Una vez identificadas, deberás comprenderlas y aceptarlas, y ellas deben sentir que las amas porque reconoces que han estado intentando ayudarte durante toda tu vida y que, de hecho, te habían sido de utilidad en muchas ocasiones. Pero que eres ya adulto y que, por eso, ahora pueden ser más útiles si se hacen todas un solo ser. De esta forma, su energía se fusionará, y se harán y te harán mucho más fuerte. Evidentemente esto es un resumen de todo el sistema.

* * *

Ideas parecidas, quizá por copiadas uno de otro, son las de Lichtman:

Cómo disolver patrones de hábitos inconscientes y autodestructivos para siempre

> «¿Recuerdas el autosabotaje?
> ¿Recuerdas haber tropezado justo antes de cerrar un gran negocio?
> ¿Recuerdas sentir cómo nada te sale nunca bien?
> Tú puedes despedir a estos hábitos autodestructivos para siempre. Un bloqueador es cualquier patrón de hábito inconsciente que intenta pararte en la consecución de tu objetivo.
> ¿Sabes qué bloqueadores tienes dentro de ti justo ahora?
>
> Algunos típicos bloqueadores incluyen:
> • No soy bueno en esta clase de cosas.
> • Es de locos intentarlo.
> • Es imposible.
> • Estoy cansado.
> • Están intentando fastidiarme.

• No tiene solución.
• Olvidé lo que yo suponía que tenía que hacer.
• Lo haré cuando tenga tiempo.
• Es mucho más de lo que una persona puede hacer.
• Yo lo haría si tuviera el entrenamiento adecuado.
• Es imposible, no lo puedo hacer.

Por ahora, tus bloqueadores son probablemente tan familiares que tú los tomas en serio. Parecen reales para ti. Así aumentan su poder bloqueador. Esto es un círculo vicioso que aumenta, que sólo se puede romper tomando consciencia de ello.
Por ejemplo: La lista de arriba son creencias, etiquetas que ponemos en los sentimientos intuitivos que son precisamente cambios en el cuerpo, lo que yo llamo tus sentimientos del cuerpo. Cada uno de estos cambios refleja un intento de una parte de tu inconsciente para llamar la atención de tu consciente.
Estas partes inconscientes quieren sólo lo mejor para ti, pero muchas surgieron pronto en tu vida y son vistas todavía con perspectiva infantil. Es necesario el cambio consciente de perspectiva.
Estas partes de ti, que llamo subpersonalidades, pueden cambiar sus tácticas para ayudarte, pero no saben hacerlo».
Sigue explicando esto que coincide más o menos con lo anterior y continúa:
Cómo atacar a un bloqueador. ¿Qué siente tu cuerpo ahora mismo?
¿Es todo perfecto en tu experiencia de tu cuerpo, o hay algo molestándote? Cualquier cosa que te esté molestando es un sentimiento bloqueador de tu cuerpo».

Resumen

El Proceso consiste en estos pasos:
• Lee tu objetivo.
• Estate alerta por cualquier sensación de incomodidad, cualquier signo de conflicto.
• Identifica cualquier palabra o frase específica que desencadene estos signos de conflicto.
• Marca las palabras o frases que provoquen esas sensaciones.
• Vuelve a formular las palabras o frases que has marcado hasta que resuelvas el conflicto.
• Chequea si hay señales de estar en la ruta indicada. Las señales son:
  - Alegría y felicidad.
  - Entusiasmo y avidez.
  - Certeza de logro.

Finalmente habría que añadir aquí a Anthony Robbins. Él se guía por la **Programación Neurolingüística** (PNL) y en su libro *Poder sin límites* advierte de que él está en contra de la manera clásica de tratar las emociones negativas. Él cree que no es necesario volver a pasar por las vivencias dolorosas para cambiar nuestro estado. “Lo que hemos de hacer es cambiar la representación interna negativa por otra positiva, que se movilice automáticamente y nos conduzca a obtener resultados más eficaces. Hay que aumentar la potencia de los circuitos que llevan al éxtasis y cortar la corriente a los circuitos del dolor”.
En el capítulo *Las diez emociones de poder* de su libro *Controle su*

destino, nos da una manera de actuar para conseguirlo, diciendo que las "emociones negativas no son más que señales para la acción y una vez se haya familiarizado con cada señal y su mensaje, sus emociones dejarán de ser enemigas y se convertirán en aliadas[104]".
También aquí podríamos añadir las metahistorias de Lichtman, que luego veremos en su Método.
De semejante manera opina Victor Boc, que dice:

> No intente transformar una adicción reprimiéndola. Cuando se reprime un deseo, se están destrozando sentimientos, ocultándolos, quemándolos.
> Cuando se transforma una adicción, lo que se hace es elevar esos sentimientos a un estatus de preferencia. La transformación de una adicción en una preferencia no se realiza inhibiendo sentimientos o limitando pensamientos, sino reprogramando de forma voluntaria la mente.
> Cuando se reprime algo, se está evitando mirar hacia ese algo por temor a los sentimientos que se tienen. La represión es una forma equivocada de interactuar con el mundo que nos rodea. Sin embargo, el proceso de transformación de una adicción en preferencia hace ver con claridad lo que hay a nuestro alrededor.

El borrado de emociones y recuerdos negativos, como el miedo, ha sido estudiado también por la ciencia más ortodoxa. Un equipo de neurocientíficos de la Johns Hopkins University descubrió que alterando una proteína específica del cerebro se pueden buscar y eliminar recuerdos traumáticos a un nivel molecular. De momento en ratones. "El hallazgo que describe los mecanismos moleculares y celulares implicados en este proceso plantea la posibilidad de manipular los mecanismos con fármacos para mejorar la terapia del comportamiento".
Sea como sea, el caso es que cualquier rechazo o emoción negativa que te produzca o sientas ante la riqueza, posesión de bienes, en definitiva, sea consciente o inconscientemente, será una barrera en tu camino hacia ella y, por tanto, habrá que desbrozarlo.
Para terminar, te pongo un caso que te va a ilustrar: Un estudiante que ante el miedo de enfrentarse a la vida laboral, una vez casi terminada la carrera para la que le faltaba ya muy poco, no conseguía aprobar nunca la última asignatura que le quedaba. Unas veces el proceso era consciente, por ejemplo cuando pensaba que no estaba preparado para el examen, pero otras era inconsciente: pérdida súbita de memoria en los exámenes, llegada tarde, olvido de los apuntes, etc.
Sólo consiguió terminar la carrera cuando se planteó seriamente que todo aquello no tenía ningún sentido y aprobó lo que le quedaba.
Estar libre de emociones y sentimientos negativos y saber controlar y dirigir los positivos, es clave para conseguir una **buena suerte**.

7. Gobernar tu propia alma

El poeta inglés William Ernest Henley (1849-1903), que, por ser cojo, inspiró a Stevenson la novela *La isla del Tesoro,* escribió:

> No importa cuán estrecha sea la puerta,
> Cuán cargada de castigos la sentencia,
> Soy el amo de mi destino:
> Soy el capitán de mi alma.

Verso que han retomado diversos autores para indicarnos que el control de nuestras vidas y mentes, por supuesto, debe estar en nuestras manos y no en las de otros; o sea, que nadie debería hacer el trabajo de dirigir nuestras vidas por nosotros, a menos que estemos totalmente desvalidos. Pero aún así, nuestra mente nunca nadie debería dirigírnosla ni colonizárnosla.
Recordemos cómo se zafó de esa colonización "el hombre milagro" Morris E. Goddman (el del sombrero negro de *El Secreto)*, cuando, tras caerse de su avioneta, quedó paralítico total y lo único que podía hacer era parpadear; sin embargo, dirigido por su mente y en contra de lo que opinaban sus médicos y todo el mundo, acabó saliendo del hospital andando, como se había propuesto.

8. El Entusiasmo – La Pasión

¡Sin entusiasmo ninguna gran cosa ha podido ser terminada!
RALPH WALFO EMERSON

La palabra entusiasmo significa "exaltación y fogosidad del ánimo, excitado por algo que lo admire o cautive". Si vamos al diccionario griego todavía el significado es más fuerte: "inspirado", "arrebatado" e incluso "fanático".
La palabra griega original, "ënthousiasmós", tiene el significado de "inspiración divina" o "arrebato divino", etc., (como cuando se dice: "ese tipo está como inspirado" o sea, fuera de sí), ya que posee la raíz "theos" que significa dios.
Este significado nos viene muy bien para nuestro propósito, no porque nos vayamos a convertir en talibanes o-dios-os y nos pongamos a derribar torres a avionazos (si es que te crees que fueron ellos los que se cargaron las Torres Gemelas de Nueva York) o a reventar trenes madrileños. No se trata de eso ni mucho menos, se trata solo de ponerle ese nivel de fervor o entusiasmo al pensamiento que dediques a tu objetivo. De manera que, cuando pienses en esos 50 millones que has "pedido" y que quieres obtener, el cuerpo se te erice de entusiasmo y un culebrón te ronronee por dentro.

Podríamos decir que un aspecto del entusiasmo –o quizá su equivalente– es la pasión, esta da vigor a la existencia y le confiere savia y sentido. Según Robbins, no se alcanza la grandeza sin una pasión por ser y hacer algo grande; no importa si las aspiraciones son las de un atleta o las de un científico, las de un padre de familia o las de un hombre de negocios.
La pasión reflejaría ese máximo de energía.

9. Palabras y Símbolos

Se suele decir en Psicoanálisis que no son las palabras las que curan, sino las emociones que las mismas despiertan.
Toda palabra no es más que un símbolo con un significado. Cada lengua atribuye sus propios símbolos a unos significados que no tienen por qué coincidir con los de otras lenguas. En PNL se dice que una palabra también es un ancla, o sea, está enganchada a su símbolo y lo que él representa. Pero las palabras son en realidad aire sonoro, "flatus vocis", las llamaban los antiguos latinos. De ahí el refrán que dice "dicta volant, scripta manent", o sea, "las palabras se las lleva el viento y lo que se escribe, permanece".
Quiero decir que, a pesar de lo que se diga de la palabra hablada, en nuestro contexto tiene una importancia capital, sobre todo en el del Apartado 10 que sigue. Si abogo por que la llamada a la **buena suerte**, se haga dentro de una relajación, porque así resulta más efectiva, es preciso que la palabra hablada juegue el papel que le corresponde. No conozco a ningún terapeuta o practicante de hipnosis que le diga a su paciente que lea un determinado texto y que con él se relajará y así podrá trabajar en su problema. Ni a ningún paciente, o simplemente persona que se quiera relajar para el fin que sea, que lo haga leyendo un texto ad hoc, porque lo más que conseguirá será dormirse, sobre todo si se padece apnea del sueño o el texto que se lee es un bodrio. Así pues, si pretendes ponerte en estado de relajación o incluso de autohipnosis, lo que debes tener en cuenta es que el texto que vayas a utilizar sea leído por alguien, o mejor aún grabado en cualquier aparato de sonido, y esa grabación deberá tener en cuenta el tono, la cadencia, la regularidad y monotonía de lo que se dice.
Fíjate, por ejemplo, que al obrero o al soldado se le grita para que esté bien despierto, pues aquí es al revés, quien se quiera relajar deberá oír voces y sonidos cada vez más y más suaves, lentos, monótonos y cadenciosos. En cualquier caso, no deseo que te compliques la vida demasiado.
En Internet hay cientos de posibilidades de encontrar grabaciones tanto con sonido de fondo alfa, zeta y delta como sin sonido y sólo

palabras. Es cuestión de encontrar una adecuada. En cualquier caso, cuando exponga mi método, te pondré un texto que te podrá servir, que tampoco quiere decirse que vaya a ser el mejor. Ese te lo tienes que confeccionar tú.
Los símbolos también nos van a ser útiles en la medida que nos sirvan para recordar algo que, dicho o escrito en palabras, nos puede resultar demasiado largo o complicado. Así, por ejemplo, si yo anclo mi idea de conseguir 50 millones de euros, o cualquier otra cantidad, a un símbolo como pueda ser el anillo de oro que llevo en el dedo anular, el hecho de estar continuamente viéndolo e incluso tocándolo, irá despertando y construyendo en ciertas neuronas de mi cerebro, nuevos enlaces relativos a mi nuevo deseo de dinero. Ese nuevo modo de tratar y ver al anillo, irá haciendo su trabajo.

10. Meditación - Relajación - Hipnosis

A) Meditación

Meditar, según el diccionario, es “aplicar con profunda atención el pensamiento a la consideración de algo, o discurrir sobre los medios de conocerlo o conseguirlo”. La Wikipedia dice que es “la práctica de un estado de atención concentrada, sobre un objeto externo, pensamiento, la propia consciencia o el propio estado de concentración”. Esto no siempre es así, pues hay meditaciones digamos que son totalmente vacías de contenido alguno, es decir, te indican que no tienes que pensar absolutamente en nada, tienes que vaciar tu mente de cualquier idea, distracción o pensamiento.
Lo único que necesitas es concentración para conseguirlo y así alcanzar el “vacío de consciencia”, la “pura consciencia”, la “visión interna”, la “visión sin imagen” o el “satori”, que es su finalidad en definitiva.
En cualquier caso, hay tantos tipos de meditación como de religiones, sectas o filosofías más o me nos orientales, como el Zen[105] japonés que deriva del Taoísmo –camino de liberación, original de China, y del Budismo Mahayana de India–, y es del tipo de no pensar en nada.
Algo semejante ocurre con el objetivo último de la práctica meditativa del yoga, en su octavo grado, que es el logro del **samādhi**, un estado de consciencia de ‘meditación’, ‘contemplación’ o ‘recogimiento’ en el que el meditador siente que trasciende las limitaciones de su cuerpo y alcanza la unidad con lo divino. El samādhi es un objetivo buscado tanto dentro del hinduismo como del budismo.

Mención especial me merece la Meditación Vipassana que significa: "ver las cosas tal como realmente son", y es una de las técnicas más antiguas de meditación de la India. Fue redescubierta por Gautama el Buda hace más de 2500 años y fue enseñada por él como un remedio universal para males universales.
Tiene por objetivo la total erradicación de las impurezas mentales, y la resultante felicidad suprema de la completa liberación.
No se puede explicar aquí en qué consiste. Pero podemos resumirlo diciendo que se trata de observar la propia respiración.

1. Sentado empiezas a observar tu respiración. Entra el aire.
2. Se detiene y observas ese momento en que se para.
3. El aire gira y empieza a salir. Observar.
4. Cuando ha salido todo, se detiene otra vez para volver a entrar. Este sería un resumen esquemático de algo que se tarda diez días de trabajo duro y serio para aprenderla en retiro absoluto con maestros preparados.

Este tipo de meditaciones importadas de Oriente suelen ser aprovechadas en Occidente, fuera de su contexto religioso o filosófico en que nacieron. Y alguna como, la Meditación Trascendental (MT) de Maharishi Mahesh Yogi, bien asentada en Occidente, como técnica muy beneficiosa para variedad de situaciones y circunstancias, así como para la eliminación de estrés, calambres, dolores de cabeza, bajar tensiones, relajar el cuerpo, subir el rendimiento intelectual, el deporte o en diversos padecimientos, no tiene ninguna connotación religiosa entre nosotros.
También existen las meditaciones clásicas que se dan en Occidente y que son de muy variada índole, como las que se realizan en centros religiosos, o del tipo retiros de fines de semana, o, ya menos religiosas, como las que se realizan bajo una estructura piramidal o sobre un centro de supuesta energía telúrica[106].
De ellas es posible aprovechar bastante para nuestro objetivo, independientemente que sean muy beneficiosas y saludables en sí mismas. Todas ellas se desarrollan en un contexto de relajación.

B) Relajación
Podríamos decir que la relajación es cualquier método, procedimiento o actividad que ayude a una persona a reducir su tensión muscular y corporal en general.

• La **relajación muscular progresiv**a es una técnica de tratamiento del estrés desarrollada por el fisioterapeuta Edmund Jacobson en los años 20 del siglo XX. Jacobson argumentaba que, desde que la tensión muscular acompaña a la ansiedad, uno puede reducir la ansiedad aprendiendo cómo relajar la tensión muscular. Jacobson entrenó a sus pacientes para relajar ciertos músculos de su cuerpo para reducir los síntomas de la ansiedad. Encontró que el procedimiento de relajación es

efectivo contra la úlcera, insomnio e hipertensión. Hay muchos paralelismos con el entrenamiento autógeno de Schultz, que fue desarrollado independientemente.

• El **entrenamiento autógeno** es una técnica psicoterapéutica basada en la concentración pasiva en sensaciones físicas. Está más próximo a las técnicas de meditación que a las de sugestión o hipnosis. Consiste en producir una transformación general, mediante determinados ejercicios fisiológicos y racionales, que permiten obtener unos resultados como los que se logran en estados sugestivos auténticos. Fue desarrollado por el neurólogo berlinés Johannes Heinrich Schultz (1884-1970), quien la presentó en su libro *El Entrenamiento Autógen*o. Se aplica al tratamiento de trastornos psicosomáticos de ansiedad, trastornos de personalidad, de psicopatología postraumática y de otros síndromes producidos por el estrés, nerviosismo, trastornos del sueño y otros. También puede servir para combatir problemas digestivos, dolores de cabeza o hipertensión.

• La **Sofrología** fue creada en España en la décadade los 60 del siglo XX por el neuropsiquiatra colombiano Alfonso Caycedo que, inspirándose en la hipnosis y en algunas técnicas orientales, popularizó en Occidente como Sofrología, a fin de, con este nombre, quitarle ese halo de esoterismo y orientalismo que en principio

tenían las mismas. Hoy se ha retornado al vocablo antiguo de hipnosis, que le impuso impropiamente el cirujano escocés James Braid (1795-1860) autor de *Neurypnology: or the Rationale of Nervous Sleep Considered In Relation With Animal Magnetism,* y del que, hacia el final de su vida, al parecer renegó por considerarlo inapropiado.

Es un conjunto de técnicas o métodos de relajación y de modificación de estados de conciencia que tiene como objetivo lograr la armonización de la conciencia humana y establecer el equilibrio cuerpo-mente; y, estimulando el hemisferio derecho del cerebro, elevar el nivel de creatividad e intuición.

• La **Noesiología/Noesiterapia** (efectos y curación por el pensamiento en nuestra propia vida y en nuestro entorno)[107] del doctor Ángel Escudero. Opera a sus pacientes, desde 1972, con anestesia psicológica. Su técnica procede de la Sofrología, de la que se apartó tempranamente para crear su propio sistema. Nos hemos encontrado con gente bastante escéptica con su método. Pero lo hemos visto operar sin anestesia y parece que sí que funciona. Tengo un par de nietos que nacieron por este sistema, aunque su madre no lo veía muy claro, y se dejó aplicar al final la epidural. De la factura ni te digo.

A sus pacientes les enseña a utilizar correctamente el poder creador de su pensamiento, y a usarlo más positivamente. Dice que su sistema de anestesia mediante el pensamiento (psicoanalgesia) se basa en la comprobación de que cada pensamiento produce en el ser humano lo que llama una Respuesta Biológica Global Armónica, que es acorde con el contenido de cada pensamiento. De modo que cuando un pensamiento nos da paz, tranquilidad, bienestar e incluso felicidad, se producen una serie de reacciones en nuestro cuerpo, que en términos médicos diríamos que va acompañada de un "predominio vagal muscarínico", que identificamos fácilmente porque en la boca se produce una saliva fluida, agradable –saliva vagal–. Esta situación biológica, además de facilitar el conseguir la analgesia psicológica de una forma sencilla, mejora la circulación, el metabolismo y el estado inmunológico. Ésta es la razón por la que en miles de incisiones operatorias no haya registrado ni un solo caso de infección postoperatoria, sin usar antibióticos. Todo lo descrito está incluido en el concepto de Respuesta Biológica Positiva. Y, al contrario, todo pensamiento que nos intranquiliza produce una Respuesta Biológica Negativa.

El doctor Escudero, además de operar todo tipo de problemas, asiste personalmente a parturientas o las prepara por vídeo-conferencia. Los bebés nacidos por este sistema, son sus "noesibabies".

C) Hipnosis

La línea divisoria entre relajación e hipnosis no está a veces muy clara. En realidad todo lo que lleva la mente a un estado de quietud, tranquilidad o sosiego, se puede considerar, de alguna manera, como hipnosis. Si bien esta palabra ha quedado marcada por el hecho de que, además de lo anterior, la mente puede ser dirigida o llevada a un punto que, en un estado de meditación o relajación, no se alcanza. El punto de inflexión a veces está muy diluido. Por ello, los dos últimos autores podrían caber también en este apartado, si bien, por ejemplo, Joaquín Grau afirma claramente que su sistema, la Anatheóresis, es una relajación.

La Hipnosis existió ya en la India de los Vedas de hace unos 5000 años; pero más recientemente, Mesmer[108], Coué, Charcot, Freud[109] y otros, la practicaron, aunque fue ya en nuestros días que Milton Hyland Erickson, psiquiatra americano, aprendió las técnicas de auto-hipnosis para solucionar sus propios problemas de salud. Más tarde dedicó gran parte de su vida a la experimentación de diferentes técnicas de inducción de estados hipnóticos, con fines terapéuticos sobre sus pacientes. Dejó al fallecer, un método muy utilizado hoy día, sobre todo por la Programación Neurolingüística (PNL), ya que es el hipnólogo "oficial" de la misma,

pero también en terapia breve, terapia sistémica o terapia de familia.
El estado de consciencia que el terapeuta ericksoniano utiliza es un estado de conciencia natural entre la vigilia y el sueño aquel que atravesamos todos diariamente sin darnos cuenta (por ejemplo cuando estamos completamente absorbidos por una película hasta el punto de olvidar lo que nos rodea). Este es el estado de consciencia que el terapeuta ericksoniano utiliza.
Existe la hipnosis tradicional que está basada en la sugestión. Es la hipnosis que utilizan los hipnotizadores en los espectáculos. Hay mucho truco y trampa aquí.
• La hipnosis ericksoniana, al contrario, está basada en los diferentes estados de relajación más o menos profundos y en la participación activa del paciente. Por medio de una conversación o un lenguaje simbólico, el terapeuta guía el inconsciente del paciente para permitirle encontrar soluciones a sus problemas. Erickson añadió a su metodología, algo muy utilizado en la PNL y otros sistemas y es el dato de que algunas personas son "visuales", digamos que captan la realidad mejor con la vista que con otro sentido. Estas personas imaginan las cosas dentro de su cabeza y las ven con total claridad.
Estas personas pueden tener "muchas cosas dentro de la cabeza" porque son capaces de tener imágenes sobre temas muy distintos en distintas partes de su cabeza. Son los casos más abundantes. Otras personas son "auditivas" y captan mejor una melodía o una voz, que una imagen. Es, por ejemplo, el caso de las personas que se ofenden más por lo que oyen o escuchan de sí mismas que por lo que ven. Son personas que necesitan oír (en vez de ver) para creer. Digamos que necesitan más de la radio que de la televisión.
Evidentemente son menos abundantes. Y son más organizadas y más lentas en sus pensamientos y acciones, ya que, por ejemplo, un paisaje se contem pla de un golpe, y explicarlo en palabras lleva un proceso más largo. Y otras personas son cenestésicas, es decir, más sensitivas, tienen que sentir palpitar las cosas, ellos "sienten" la vida. Son más sensibles porque su captación de la realidad está más a flor de piel.
Necesitan tocar y sentir las cosas. En un museo serían peligrosas, ya que para captar la realidad de un cuadro como quisieran, tendrían que manosearlo. Para ellas algunas veces la vida es fluida y ligera y otras es oscura y pesada.
En realidad, con nuestra mente humana, todos podemos "visualizar", "oír" y "sentir", pero para hacerlo debemos saber cómo se hace.
• Con la hipnosis se consigue puentear (el trance) la mente consciente y llegar a la mente inconsciente o subconsciente. El simple pensar en algo no es suficiente para llegar a la mente subconsciente y hacer los cambios que deseamos. Ese acceso a la mente inconsciente lo realiza Erickson utilizando los procesos hipnóticos naturales.
• La Dianética o Cienciología, a caballo de la hipnosis y la relajación, es un tipo de hipnosis, aunque a su creador (Hubbard) no le gustaba este término, que tiene aspectos útiles y saludables para la introspección y limpieza mental, pero, por su vertiente religiosa (cuando se pasa del grado elemental), agresiva y hasta *talibanesca,* por parte de algunos de sus practicantes, no me merece demasiado respeto[110]. Si bien no sería imparcial si no reconociera que su labor de convertir en "claros" (individuos óptimos) a los "aberrados" (con trastornos psíquicos, etc., producidos por sus propios engramas[111]), puede ser útil para mucha gente. Otros conceptos a considerar son los de la mente analítica, que es aquella que percibe y retiene datos de experiencias para plantear y resolver problemas y dirigir al organismo a través de las cuatro dinámicas; y la mente reactiva, que es aquella parte de la mente que archiva y retiene el dolor físico y la emoción dolorosa, y trata de dirigir al organismo únicamente mediante estímulo-respuesta".
• En realidad toda hipnosis es auto-hipnosis, es decir, quien se hipnotiza es uno a sí mismo, y el hipnotizador lo que hace es "ayudar" a conseguirlo como hace también

el psicólogo o el médico que ayudan a sus pacientes bien con sus palabras o bien con sus medicinas. Eso por un lado, y por otro, lo que hace la hipnosis es una disociación, es decir, la mente consigue que el cuerpo se relaje a tal punto que ella puede vagar libremente sin acordarse de su cuerpo, al tiempo que éste reposa en una especie de trance en que, si entra incluso en catalepsia, le será difícil incluso moverse. Pero nada queda fuera de la consciencia, ni, por supuesto, fuera de su código de valores, ética o moral.

• Cuando alguna persona presenta resistencias a la hipnosis, se pueden utilizar artilugios o artimañas para favorecerla, tales como los llamados "fascinadores" (vídeos o películas que presentan, por ejemplo, una serie de círculos cambiantes que van centrando la atención), péndulos, música relajante, tonos, mantras, sonidos expresos de alfa, zeta o delta, y la propia voz del profesional hipnotizador a la que le imprime una cadencia, una velocidad y un tono adecuados, etc.

Como ves, "hipnotizar es fácil, peligrosamente fácil", como dice con cierta exageración, Scharovsky, pero lo de fácil es verdad. Nosotros aquí no vamos a aprender a hacerlo, nos vale con saber relajarnos, pero, si con ello llegamos a la hipnosis, tanto mejor para ir al encuentro de nuestra **buena suerte**.

* * *

Se puede manipular, por ejemplo, el sistema nervioso para no sentir dolor como hacen los faquires de la India desde tiempo inmemorial o hacían los hipnólogos del siglo XIX como Coué, o más recientemente, José Silva con su *Método de Control Mental* (basado en el anterior), el Maestro Fénix y otros, incluso y con mucho más mérito si cabe, el Doctor Escudero, ya nombrado en que el paciente, con la tripa rajada, no sólo no siente dolor alguno, sino que durante la operación se entretiene leyendo un libro o cantando.

Hay muchas otras funciones autónomas que pueden ser controladas también de alguna manera conscientemente, pero la que nos interesa más aquí es la que nos ayude o potencie nuestra capacidad de atraer hacia nosotros esa **buena suerte** que buscamos, y que es la propia actividad mental del cerebro en sí misma.

El cerebro funciona por frecuencias, ciclos o hercios. Si estos son rápidos, nuestro metabolismo funcionará más rápido que si son lentos. Un ritmo elevado hará que las glándulas suprarrenales segreguen más adrenalina, con todo lo que ello supone de desgaste y, para nuestro interés, de estrés, ofuscación, impulsos descontrolados, acciones irreflexivas, etc. En cambio, un ritmo lento supondrá una mente más abierta, un mejor control de nuestros impulsos (gracias a la noradrenalina segregada), una toma de decisiones más meditada, etc.

De todo ello da cuenta el encefalógrafo, pero nosotros aquí no lo vamos a necesitar para nada, porque vamos a aprender a conseguir los ritmos adecuados de nuestro cerebro para estar en una de las condiciones (hay quien piensa que no es necesario esto, pero yo pienso que están equivocados) para alcanzar nuestra **buena suerte** en sus vidas.

Todo ello de una manera fácil y sencilla.

Es importante saber lo anterior para entender cómo actúa nuestra parte no consciente en nuestra capacidad de atraer hacia nosotros esa **buena suerte**, pero, como este no es un libro de Psicología, no nos vamos a entretener más y, sólo en su momento, aprovecharemos este conocimiento para averiguar qué hay en nosotros que cierra el paso a la **buena suerte** y cómo y qué deberemos hacer para abrir nuestra mente, algo imprescindible, para atraer la **buena suerte** a nuestras vidas en aquello que emprendamos.

11. El estado vibratorio[112]

Todo lo que existe en el universo vibra, se mueve. Y lo hace porque es energía. Evidentemente no todo movimiento indica que ahí hay vida. La "vida" de la piedra está sólo en sus átomos y en su interior, esas partículas tan diminutas que la forman. La piedra ni siente ni padece (creemo), por mucho que sus átomos estén dale
que dale sin parar.
Los seres vivos también estamos formados por átomos, que son también nuestras partes más elementales; pero lo que nos da la característica de seres vivos es que nuestros átomos forman a su vez moléculas y ya luego células y órganos, de ahí que los seres vivos seamos seres orgánicos. Y si los átomos vibran y se mueven, los órganos, además de esas vibraciones propias de los átomos que los conforman, también vibran y se mueven a su manera, o sea, de una manera, digamos que menos elemental que la de los átomos. Los órganos tienen dos tipos de movimientos: el propio de los átomos que los conforman y el suyo propio. Movimientos estos mucho más sofisticados y conplejos que los de los átomos.
Tampoco es igual la vida de una planta que la de un animal. De ahí podemos deducir que lo que hace que un animal sea diferente a una planta es que aquél posee unos movimientos que la planta no posee. Luego, los movimientos de un animal son bastante más complejos que los de una planta, pues posee los propios de ella, más algunos que la planta no posee.
Finalmente llegamos al hombre y nos encontramos con que este posee todos los movimientos anteriores más los propios suyos, sobre todo aquellos de los que los animales hacen un uso muy limitado, como son los de su pensamiento y su raciocinio. El hombre posee la especial característica del pensamiento racional y, aunque su pensamiento fuera de lo más irracional (que demasiadas veces lo es), la capacidad vibratoria del mismo (sin apenas movimiento al exterior, que es como haber sustituido el engranaje complejo de un reloj clásico por un simple chip) es tan enorme que, con ella es capaz de dirigir un avión,

un barco o su propia vida hacia donde desee.
Que todo vibra y que esto pueda ser usado para nuestro beneficio o desgracia, ya lo advirtió Napoleon Hill en 1928, en su obra *The Law of success.*
Esta capacidad vibratoria y energética de nuestro cerebro y, en definitiva, del pensamiento, es la que puede hacer que seamos desgraciados o felices, enfermos o sanos, pobres o ricos... Si la aprovechamos bienm, podremos conseguir lo que deseemos. En nuestras ma... cerebros está hacerlo.

Qué es el estado vibratorio

Imagínate una balsa de agua tranquila. Tiras una piedra hacia el centro de la misma y ves cómo se forman toda una serie de círculos concéntricos alrededor del lugar en donde cayó la piedra. Son pequeñas olas[113] concéntricas que vibran alejándose hacia las paredes del estanque en donde chocan y vuelven, se paran o se disuelven.
La longitud de una de esas olas u ondas es la distancia real recorrida por la misma en un segundo y se llama, como ya hemos dicho, en electricidad, un hercio (su símbolo: Hz), de manera que si esa onda la conseguimos dirigir en un único sentido, esta no va a ser concéntrica, sino lineal ondulada o senoidal[114] y en progresión en un sólo sentido. Si has visto cualquier osciloscopio, encefalógrafo (suelen verse en el cine en películas donde aparecen hospitales), etc., te habrás dado cuenta de que esas ondas que aparecen en la pantalla son, como te digo, en forma de serpentinas que van de izquierda a derecha, de principio a final, mientras avanzan subiendo y bajando atravesando una línea central. La distancia entre esas ondas se mide entre dos cumbres (o crestas) o entre dos valles, lo que equivale a un círculo completo, como las ondas del agua. Si una onda está muy acelerada, eso quiere decir que refleja unas vibraciones muy altas, y la distancia entre cumbres o entre valles es mínima, incluso las ondas pueden ser muy estrechas y bajitas, aunque no siempre es así, pues depende de otros factores.
En cambio, si la vibración es muy lenta, las ondas se separan mucho y se alargan hasta llegar a un punto en que desaparecen y se convierten en una raya larga y sin movimiento alguno. En el caso de una persona o ser vivo, eso sería el final, o sea, encefalograma plano o a cero hercios.
Todos los días, aunque no nos demos cuenta, nos acercamos mucho a ese cero, y es cuando nos dormimos. En ese punto crucial de perder la consciencia y pasar al estado de dormición, estamos a **4** hercios. Durante un sueño profundo se puede bajar incluso más.
Pero, si por medio de una sesión de hipnosis, alcanzamos los 4 hercios y, previamente, le hemos dado la orden al cerebro de que no se

duerma, podemos estar en esa situación de plena consciencia por lo menos 45 minutos, en una especie de duermevela, y a veces, incluso hasta dos horas. Los lamas tibetanos, y en general los yoguis y fakires hindúes, desde hace miles de años lo hacen y no se duermen, es más, consiguen incluso controlar el dolor, el frío y el calor.
En ningún caso en la dormición se alcanzan los 0 ciclos por segundo, o cero hercios, porque eso significaría la muerte. De manera que, si tuviéramos que definir los ciclos por los que se rige concretamente el ser humano, tendríamos la siguiente escala:

• De **0,5 a 4** hercios: sueño o estado **Delta** de trance, meditación y sueño más o menos profundo. Dependerá de los hercios en que se esté en cada momento del sueño[115].
• De **4 a 7** hercios: estado de relajación pasiva, es el estado zeta (theta en griego), un estado de hipnosis media, meditación media y sueño ligero, a los 6 hercios se puede alcanzar el estado de catalepsia. En los **4** hercios es como mejor y más relajado se está y cuando mejor se visualiza, pero para ello es necesario recibir la orden previa de no dormirse, porque si no, la visualización no se produce y entra en funcionamiento el sueño, que, si bien es útil en la medida que la visualización previa al sueño era positiva, no tiene la efectividad de una visualización consciente.
• De **8 a 13** hercios: estado de vigilia tranquila, relajación activa o estado **Alfa, 8 hercios** es el estado más común para la meditación, la relajación y para hacer la cantidad de ejercicios que nos proponen los hipnólogos para mejorar o corregir algún aspecto de nuestra mente y nuestra vida, como hace el tan conocido Silva de Control Mental. Es un trance leve. En los **13** estamos todavía tranquilos y en los **14** se puede decir que la relajación es ya prácticamente nula.
• De **14 a 40** hercios, estamos en el estado Beta que es el estado acelerado del vivir cotidiano. De **14 a 18** sería el estado normal de vigilia, a medida que se va subiendo, el estado se va acelerando. Si superamos los **18 hercios** empezamos a sentir sorpresa, miedo y estrés. Si superamos los **21** empezamos a sentir ansiedad. A partir de ahí y hasta los **30** estamos sumamente alterados, y se pueden producir ataques de irritación, pánico, agresividad, de predominio absoluto del sistema simpático, de irritación, de ira, de hipertensión, etc.; y, a medida que los hercios se van acercando a los **40**, en la misma medida se van acercando a 0, ya que se puede producir un colapso de la función de onda, con resultado de una angina de pecho o un infarto agudo de miocardio, etc., y la línea ondulada del encefalógrafo se podría poner de repente plana, o sea, a cero hercios, de 40 a cero. Punto final.

En algunos casos, paradójicamente, este estado Beta se puede alcanzar en situaciones de sueño profundo (quizá debido a pesadillas o sueños muy impactantes).
Sin embargo, en estos últimos años, se han investigado los estados alterados de conciencia de místicos hindúes, así como de médiums y sanadores brasileños y se ha encontrado que estos, al ponerse en trance o en contacto con presuntos espíritus del más allá respectivamente, sus ritmos cerebrales llegaban incluso a 44 Hz, sin por ello sufrir percance alguno y sí viendo potenciar sus sentidos y

capacidades mentales[116].
Este ir y venir continuo de ondas es en realidad una forma sutil de energía, la energía vibratoria. Para algunos científicos ésta es la misma energía que la eléctrica. Otros prefieren llamarla simplemente vibración. Nosotros lo vamos a llamar estado vibratorio.
Cada nota musical tiene una vibración propia, a medida que subimos en la escala musical subimos en hercios. El ser humano sólo puede oír vibraciones que van hasta 38.000 hercios. Unas vibraciones de 300.000 hercios nos dan luz. Unas vibraciones de 1.500.000 lo que nos dan es ya calor. Unas vibraciones de 3.000.000 nos dan luz violeta, etc. Y así sucesivamente.
Como cada hemisferio cerebral funciona en esto independientemente, tendremos que realizar dos relajaciones para nuestro quehacer de búsqueda de la **buena suerte**, una para cada hemisferio o más concretamente, una para el cuerpo y otra para la mente. Lo veremos al final en Mi Método.
Esther Hicks en *El increíble poder de las emociones,* que te recomiendo como lectura casi obligada, habla de la capacidad de las emociones para orientarnos y redirigir nuestras vidas hacia nuestros objetivos deseados, así como las condiciones necesarias que hacen falta para que esto suceda correctamente. Te copio un trozo significativo de dicho libro, el que hace referencia al dinero:

> Cuando desarrollas patrones de pensamiento a contra corriente sobre la falta de dinero, estás obstruyendo el descubrimiento de otras vías que podrían proporcionarte más prosperidad. Cuando estás frustrado por tu falta de dinero, y no te esfuerzas por sentirte mejor, tu frustración se convierte en ira, y ésta en miedo, pues tus patrones de pensamiento te mantienen constantemente en una actitud de resistencia hacia tu Río de Bienestar económico. Cuanto peor te sientes, más empeora tu situación, porque ofreces más resistencia, y eso impide que descubras las soluciones que estás buscando.
> Siempre que te concentras en que no tienes suficiente dinero, estás pidiendo más desde el punto de vista vibratorio, lo cual hace que tu Río se mueva más rápido. Pero si sólo piensas en que no tienes bastante, pones la proa a contracorriente mientras tu Ser Interior te está llamando a ir a favor de la corriente. Las emociones negativas fuertes en relación con tu situación económica son un indicativo de dos cosas importantes:
> - Has solicitado una asistencia financiera importante que tu Ser Interior te incita a hacer.
> - Has puesto la proa a contracorriente, en oposición al dinero que deseas.
>
> La llave para conseguir regularmente esos buenos resultados que deseas es procurar mantenerte en calma cuando haya escasez de dinero. Cuando aprendas a manejar tus sentimientos, descubrirás la poderosa palanca de la sintonización con la energía, y verás cómo la Ley de la Atracción deja verdaderas fortunas en tu puerta. Pero si sólo tienes reacciones viscerales a las condiciones que te rodean, estarás limitado a las pobres cantidades de dinero que te proporcionó tu actividad física.
> Comparar tu situación con la de otra persona siempre te mantendrá en un

estado de desequilibrio y confundido respecto a la dirección de tus pensamientos. Sin embargo, al revisar tus pensamientos con la intención de encontrar aquellos que sean más positivos, en poco tiempo éstos tendrán una clara dirección a favor de la corriente.
Cuando entiendes el poder del río y por tu estado de ánimo te das cuenta de toda la resistencia que has dejado por el camino, comprendes la enorme productividad de este proceso.
Recuerda que estás donde estás, y eso está bien. Simplemente sumérgete en el proceso desde donde estás haciendo tus afirmaciones, sean las que sean, y luego esfuérzate un poco en buscar afirmaciones que te tranquilicen y te ayuden a ir a favor de la corriente.
Mientras experimentas la incomodidad de no tener dinero, te están sucediendo algunas cosas muy buenas, pues desde ese lugar desagradable de saber lo que no quieres, estás lanzando cohetes de deseo de lo que sí quieres: quieres sentirte más seguro y tener más dinero. Quieres descubrir actividades que te produzcan ingresos.
Siempre y cuando sientas malestar, no podrás acceder a lo que has pedido. Tu malestar indica que vas a contracorriente, mientras que lo que has pedido está a favor de la corriente.

Asimismo T. Harv Eker dice en *Secretos de la mente millonaria:*

Toda energía viaja en frecuencias y vibraciones. Por tanto, cada declaración que haces lleva su propia frecuencia vibratoria. Cuando pronuncias una declaración en voz alta, su energía vibra en todas las células de tu cuerpo.
Las declaraciones no sólo envían un mensaje concreto al universo, mandan también un poderoso mensaje a tu subconsciente.
Tus **pensamientos** afectan a tus **resultados**, para bien y para mal.

12. Sincronismo y Sincronicidad

Sincronismo. Este término lo introdujo en la Física el matemático holandés Christiaan Huygens (1629-1695) con la obra *De ratiociniis in ludo aleae* (Sobre los cálculos en el juego de azar). Está compuesto de los vocablos griegos “syn”, que significa “con” (adverbio de compañía, pero también “al mismo tiempo”) y “kronos” o “tiempo”[117]. Eso supone que se necesitan al menos dos cosas para estar o funcionar en sincronía.
También escribió *Horologium oscillatorium, sive pendulorum de motu* (El reloj oscilante, o del movimiento de los péndulos). Fue el inventor del reloj de péndulo. Dos relojes están sincronizados cuando los dos marcan al mismo tiempo exactamente la misma hora, minuto y segundo.
Igualmente un equipo de nadadoras está sincronizado cuando todas ellas se mueven exactamente al mismo tiempo y de la misma forma. Pero, para sincronismos, los que efectúan las aves migratorias o los bancos de peces (cardúmenes). ¡Qué tendrán estos animales que, de repente, al instante y por miles se mueven en una u otra dirección!

Experimentos realizados con ellos han demostrado que no se guían ni por olores, ni por caminos conocidos, ni tan siquiera por campos electromagnéticos, como más comúnmente se creía, sino por cierta comunicación silenciosa o voluntad superior que actúa como una cinta elástica invisible que los une a todos y, posiblemente, los dirige como si fueran un solo cuerpo.

Los humanos sólo nos comportamos sincronizados en los ejércitos (no tanto en sus guerras), las rebajas, las manifestaciones, las huelgas, los deportes, como espectadores, haciendo el burro, votando…, es decir, por medios teledirigidos desde sitios conocidos o cercanos, unas veces, o por lejanos otras.

Esto me recuerda otro tipo de sincronismos, como los que nos cuentan los biorritmos. Estos son como si en el momento en que nacemos nos ataran a un pie unos ovillos de tres colores. Que representan lo físico, lo emocional y lo intelectual. Y, a medida que nos desplegamos por la vida, esos ovillos se van desenrollando y tomando la forma de ondas como las que acabamos de ver arriba, solo que las tres ondas no van sincronizadas, ya que no tienen la misma longitud. Así, uno puede estar al mismo tiempo, óptimo en lo físico, pero fatal en lo emocional o lo intelectual, y así no dar pie con bola en estos dos últimos aspectos, o viceversa. Lo que ocurre otras veces es que se produce en un punto determinado –un día, por ejemplo– una asincronía, choque o cortocircuito al cruzarse en un punto bajo de la línea divisoria, dos o las tres ondas, es entonces cuando aparece un punto crítico energético. Cuando esto ocurre, dicen los especialistas, que lo mejor es no conducir, no someterse a operación alguna, y hasta no salir de casa. Pero desde que el doctor Wilhelm Fliess los descubrió en tiempos de Freud, no han conseguido el pedigrí de científicos. ¡Otra pseudociencia! Y van… Pues yo puedo afirmar que tuve una caída de moto cuando estaba justamente en un nodo crítico de esos.

Cuando los japoneses aprendieron los biorritmos, se pusieron a la labor de sacarles provecho y los aplicaron en sus industrias. Así, obrero con biorritmo crítico un determinado día, pues a quedarse en casa o que se pusiera a limpiar, etc. No sé si seguirán con ello. Pero lo más interesante de esto sería, creo yo, emplearlo para que las personas, jefes con sus empleados, amigos, parejas, etc., se pudieran sincronizar en sus quehaceres. Bastaría tener al lado del calendario o en el baño, la cocina, etc., las gráficas de la semana, del mes o del año de cada uno. Pero no sé de nadie que lo haga y eso que es bien sencillo, que ni hace falta aparato alguno, se hace en el ordenador de una manera sencilla, se imprime y ya.

Yo lo pondría en manos de los entrenadores de fútbol, baloncesto, etc., para que colocaran en el campo o en la cancha en cada encuentro, no a los más millonarios o mejor pagados de sus jugadores, sino a los

mejor sincronizados consigo mismos, con los demás jugadores y hasta con el entrenador y el mismo campo el día del partido. ¿Acaso no hay empresas que a las mujeres las "privilegian" cuando "están en sus días"?

El sincronismo nos podría interesar aquí también para nuestro objetivo de **buena suerte**, pero quizás algo menos que la **Sincronicidad**[118], que es un vocablo inventado por Jung, y que lo definió como: "La coincidencia en el tiempo de dos o más eventos no relacionados causalmente entre sí y que tienen el mismo o similar significado".

¿Qué diferencia hay pues entre ambos conceptos? La no relación causal; por ejemplo, los peces de un banco o cardumen, se mueven por sincronismo, hay una causa (la conozcamos o no) que hace que se muevan a la vez. Lo mismo pasa con las aves, las bailarinas, etc.

La sincronicidad, en cambio, como dice F. David Peat, hablando de Jung, en *Sincronicidad, puente entre mente y materia,* es cuando dos acontecimientos se dan a la vez, sin haber entre ellos nexo alguno, es por ello que se les llama acausales. En la historia se han dado casos de estos, tanto en el arte, pintura, música, literatura, etc., como en la ciencia, la inventiva, la filosofía, etc. De repente surgen aquí y allá personas que se ponen a hacer lo mismo sin que ni siquiera se conozcan.

"Los muchos ejemplos de movimientos coincidentes del pensamiento, sentimiento e ideas entre grupos y disciplinas inconexos, sugieren que hay un significado profundo más allá de estas coincidencias y sincronicidades", dice el físico F. David Peat.

Un ejemplo de sincronicidad es el que expone Jung en *El secreto de la flor de oro,* y que dice que "La Astrología sería un ejemplo de sincronicidad de máxima importancia". (¡Escépticos, aléjense!). Esto último habría que explicarlo, cosa que también deberían hacer los propios astrólogos, si desean que se les considere medianamente serios, no digo ya científicos. De la misma manera, los propios científicos "oficiales" deberían alguna vez husmear de vez en cuando en ese otro lado del filo que separa lo racional de lo que aparentemente no lo es. Al fin y al cabo la Física Cuántica (tan irracional y descabellada ella) viene a decir lo que ya Jung previó. Y ésta es la explicación a la frase de Jung:

> "La posibilidad, de hecho existente, de reconstruir un carácter de modo suficiente a partir del momento del nacimiento, prueba la relativa validez de la astrología. Pues el momento del nacimiento no reposa, empero, de ninguna manera sobre las posiciones estelares astronómicas reales, sino sobre un sistema temporal arbitrario, puramente conceptual, ya que, debido a la precesión de los equinoccios, hace mucho que el punto vernal se ha desplazado del 0° de Aries. En consecuencia, en tanto haya diagnósticos astrológicos efectivamente correctos, no descansan sobre las acciones de los astros, sino sobre nuestras

> hipotéticas cualidades del tiempo; es decir, en otras palabras, que lo que ha nacido o ha sido creado en este momento del tiempo, tiene la cualidad de este momento".

No son los astros (planetas, sol, luna) sino que es el momento (tiempo) en que uno nace, al que uno queda enganchado y le impregna y condiciona de por vida.

En definitiva, la sincronicidad nos relaciona con el Universo total, a través de nuestro inconsciente.

Los continuadores de Jung, como Ira Progoff, por ejemplo, suponían que "si se podían liberar grandes cantidades de energía rompiendo la unidad elemental del átomo, se podrían producir cantidades equivalentes de energía si se pudiera abrir comparativamente la profundidad de la psique". Y Barbara Hanna, su biógrafa, propuso que existe una forma de "pensamiento sincrónico" que está fuera de los límites del tiempo y del espacio; y Marie-Louise von Franz creía que la sincronicidad era la manifestación de un principio mucho más amplio de "ordenamiento acausal" que también se encuentra en la matemática y en la teoría cuántica y que representa "actos de creación en el tiempo".

El Dr. Cencillo también hablando de la sincronicidad decía que no cabe duda de que existe. Y tanto en la Mecánica Cuántica como en la Teoría de la Relatividad General se puede encontrar explicación sobre todo, e incluso de los sueños premonitorios.

Haciendo referencia al refrán: "Hablando del ruin de Roma por aquella puerta asoma" (que sería lo correto), afirmaba:

> Las relaciones humanas y nuestras relaciones con objetos y temas no son tan casualistas y sencillas como parece, sino que hay como predestinaciones a determinados temas y encuentros"[119].

Es también interesante lo que nos dice Deepak Chopra en su libro *Sincrodestino,* si bien no matiza tanto como Jung en las diferencias entre ambos conceptos. Veámoslo:

> Identificar la red de coincidencias de nuestras vidas es sólo el primer peldaño para comprender y vivir el sincrodestino. El siguiente paso consiste en tomar conciencia de las coincidencias mientras ocurren. Es fácil verlas en retrospectiva, pero si las descubres en el momento en el que suceden, estarás en una mejor posición para aprovechar las oportunidades. Además, la conciencia se traduce en energía. Cuanta más atención prestes a las coincidencias, más probable es que aparezcan, lo que significa que cada vez tendrás un mayor acceso a los mensajes que se te envían sobre el rumbo que debe tomar tu vida.
>
> La fase final del sincrodestino tiene lugar cuando tomas plena conciencia de la interrelación de todas las cosas, de cómo cada una influye en la otra, de cómo están sincronizadas entre sí. Estar en sincronía significa operar al unísono, como unidad. Imagina un pez en un cardumen o banco que nada en una dirección; luego, en un parpadeo, todos sus congéneres del mismo cardumen, cambian de

dirección. Ni siquiera hay un líder que dé instrucciones.
Los peces no piensan que "el pez que está frente a mí viró a la izquierda, por tanto, he de virar a la izquierda". Todo ocurre simultáneamente. Esta sincronía responde a una gran inteligencia omnipresente que reside en el corazón de la naturaleza y que se manifiesta en cada uno».

Quiero añadir finalmente que las últimas investigaciones que se han hecho por el científico Franz Halberg (1919-2013) que acuñó el término de Cronobiología (luego Cronoastrobiología), o sea, la influencia del tiempo y de ciertos ciclos periódicos sobre la función biológica, del psicólogo Dean Radin (1952), del neurocientífico Michael A. Persinger (1945), del psiquiatra Gary E. Schwartz y de los psicólogos William Braud y Stanley Krippner (1932), hacen pensar que también son necesarias ciertas condiciones externas para que las "peticiones de **buena suerte**" se cumplan.
Así, Halberg viene a decir que "el sincronizador que existe en todos los seres vivos, no es interno, sino que reside en los planetas, especialmente en el Sol". O el neurólogo Michael Persinger (creador del "God Helmet" Casco de Dios), que "el poder de la intención (**buena suerte**, para nosotros) aumenta cuando la energía de la tierra está agitada". O Schwartz, que "la información transmitida o recibida por los seres humanos tiene un fuerte componente magnético". O Krippner, que "el éxito de la intención está unido a un Sol 'ruidoso' que produce un alto nivel de actividad geomagnética". Y otros, que hallaron que ciertos días y determinadas horas del día influyen en el éxito de la percepción extrasensorial y de la psicoquinesis.
Pues bien, nada de todo esto he tenido ni tengo en cuenta a la hora de hacer mis "peticiones de **buena suerte**". Quizás algún día…

13. La Resonancia

Cualquier cosa, animal o persona puede estar en sincronía con cualquier otra cosa, animal o persona. Sólo es necesario algo en común y lo más en común que tiene todo lo existente en el Universo, son los átomos y sus partículas subatómicas y, por consiguiente, la masa y, en definitiva, la energía. Poner, por tanto, en sincronía dos realidades como, por ejemplo, un hombre y un fajo de billetes de banco a nivel cuántico energético no tiene por qué ser tan difícil.
Los ejemplos clásicos que presentan la mayoría de los autores sobre la sincronía serían los siguientes:

• El de la cantante que emite sonidos tan vibrantes que consigue que un vaso de vidrio[120] se rompa, imagino que al menos será de Swarovski o de Bohemia que supongo tienen mejores y más equilibradas vibraciones que uno de Luminarc o Duralex. El caso es que las ondas sonoras que emite la cantante pueden llegar a alcanzar el nivel de la vibración natural del vidrio menos consistente y

romperlo.

• También se pone como ejemplo, el diapasón, ese instrumento musical en forma de horquilla o tirachinas que da un tono o nota determinada, generalmente la nota “la” que vibra a 220 hercios cuando se lo golpea, y que sirve para afinar instrumentos y voces. Cuando el diapasón emite su sonido, si a su lado hay otro diapasón exactamente igual, este último acaba vibrando también y produciendo un sonido similar, aunque más tenue. Esesonido persiste durante un tiempo después del golpe, es decir, reverbera[121].

• Algo semejante ocurre con las cuerdas de un violín, de una guitarra o de un piano. La cercanía de unas y otras hace que si pulsas una, la de al lado, si es igual en todo, incluido su tensado, lo haga también.

• El caso de algunos relojes de péndulo (lo hemos isto ante) es también digno de ser destacado, puesto que miden el “kronos” (el tiempo) como hemos dicho arriba, así que resulta que están en su propio terreno y, puestos varios de ellos iguales juntos, al cabo de un tiempo, ellos mismos, sin tocarlos, se sincronizan al compás de uno de ellos, ¿quizás el mayor o el que está más sincronizado con la hora real?

• Se habla asimismo de la radio que, a través de su condensador variable en las más antiguas, y digitalmente, las modernas, sintonizan con las emisoras cuando, al girar el botón del dial, se ponen en sincronía herciana con las emisoras correspondientes. La televisión, teléfonos portátiles y cualquier tipo de aparato que sintonice con un emisor, hace lo mismo: vibrar emitiendo o recibiendo ondas y, por tanto, información, en sincronía.

• Más difícil de creer es que un puente, sobre todo colgante, vibre, e incluso se rompa y caiga al fondo, si alguien lo sacude desde un punto determinado, el caso es que hay vídeos y películas que atestiguan cómo un puente, más si es nuevo, se mueve y bascula si se le imprime desde un punto determinado de su mismo centro, un movimiento sincrónico y acompasado. Realmente el movimiento del puente es espectacular, pero no es vibratorio, sino oscilatorio. Esto es algo que ya saben, desde hace mucho, los militares que, cuando sus tropas en formación van a pasar por un puente, se ordena a los soldados que rompan el paso. A esto lo llaman resonancia forzada, aunque no sé si impropiamente, ya que la oscilación se diferencia de la resonancia en que aquella no “resuena”.

• No fue por resonancia forzada, según los técnicos, por lo que se derrumbó el puente de Tacoma Narrows (EE.UU.) en 1940, pero sí están de acuerdo en que colapsó por culpa del viento. Y que, a pesar de estar el puente diseñado para aguantar una fuerza del viento de más de 200 km/hora, sin embargo se rompió cuando este soplaba tan solo a 67 km/hora. La película es más impresionante por cuanto el tablero del puente en el momento de la rotura se movía como sábana al viento. Solo murió un perro que no quiso salir del coche en que su dueño lo dejó para escapar del desastre que intuyó que iba a ocurrir.

Fotograma de la grabación del antiguo puente de Tacoma Narrows, balanceándose momentos antes de derrumbarse

Ya bastante antes que este –en 1878 al Este de Escocia– otro puente, este para trenes, se partió por la mitad en el momento justo en que lo cruzaba un tren cargado de pasajeros. El tren entero se precipitó sobre el río Tay muriendo todos los pasajeros. La fuerza del viento en aquel momento no sobrepasaba la calculada como máxima por el ingeniero que lo diseñó.

La explicación es la siguiente: un sistema oscilante, es decir, algo que se puede mover fácilmente en sentido pendular y voluntariamente, como un muelle, un péndulo, un rascacielos o un puente colgante, tiene una **frecuencia natural** a la que llaman **resonancia**.

A la cantidad de oscilaciones con que se mueve dicho sistema en un determinado tiempo, se le llama **frecuencia de resonancia**. No todas ellas son iguales para todos los sistemas. Si un sistema oscilante es sometido a otra frecuencia exterior de un modo rítmico, como un movimiento de la mano (en el caso de un muelle, por ejemplo) o una racha de viento (en el caso de un puente) ese sistema oscilante puede verse afectado en su frecuencia de oscilación. Si esa frecuencia exterior es la misma que la del sistema, se produce un fenómeno preocupante, pues termina acelerando la frecuencia del sistema oscilante sobre el que se aplica, pudiendo llegar incluso a dañarlo o romperlo.

El significado del término resonancia, pese a sus connotaciones sonoras y acústicas evidentes, se ha extendido a otro tipo de fenómenos (no sonoros) relacionados con los movimientos periódicos o cuasi periódicos en que se produce el reforzamiento de una vibración o de una oscilación, al someter el sistema a vibraciones u oscilaciones de una frecuencia determinada. Así es que se aplica, además de a acústica y música, a: mecánica, electrónica, electromagnetismo, medicina, astronomía, química y física de partículas. Nosotros lo vamos a emplear aquí para nuestro quehacer de búsqueda de la **buena suerte**.

Pero lo que más nos interesa aquí es el modo en que podemos servirnos de la misma. Si escuchamos lo que nos dice Bradley Nelson nos haremos una idea más cabal de cómo manejarla.

Dice:

> “A menudo, cuando alguien ha atravesado un acontecimiento traumático o intensamente emocional –como un accidente de coche, una pelea o un divorcio– tendrá energía emocional atrapada a causa de ello. Sin embargo, no todos los acontecimientos emocionales crearán una emoción atrapada. El cuerpo está diseñado para enfrentar la energía emocional en el curso normal de los acontecimientos. Entonces, cuando una emoción queda atrapada, es en parte debido a circunstancias extenuantes, por ejemplo, cuando hemos bajado la resistencia o cuando estamos demasiado cansados o inestables. Cuando

nuestros cuerpos no están en su mejor momento somos más vulnerables a desarrollar emociones atrapadas".

Y sigue:

> "Cada emoción se encuentra atrapada en una ubicación específica en el cuerpo, vibrando en su propia frecuencia. En poco tiempo, esa vibración causará que los tejidos circundantes vibren en esa misma frecuencia.
> A este fenómeno lo llamamos resonancia".
> "Si detienes el sonido proveniente de un diapasón que golpeaste, todos los otros que tengan la misma frecuencia de vibración y estén vibrando en ese momento, continuarán haciéndolo. No es por ninguna afinidad natural entre los diapasones. Ésta es la manera en la que funciona nuestro universo".

14. Casualidad y Causalidad

La **casualidad** todo el mundo sabe lo que es: la combinación de circunstancias que no se pueden prever, prevenir, ni evitar.
Y la **causalidad** es: la ley en virtud de la cual se producen efectos[122].
Se ve claramente que ambos conceptos son completamente distintos. En el primero juega su papel el azar, en el segundo una ley, la de causa-efecto. Si bien hay que decir que esto ocurre sólo en magnitudes macrofísicos, porque en las microfísicas que contempla la Física Cuántica, no se da esta correlación.
El concepto de causalidad no es algo que se haya inventado o descubierto en nuestros días. Sin tenernos que remontar muy atrás, podemos encontrarlo, por ejemplo, en el siglo XVIII en el filósofo materialista barón D'Holbach, que ya dijo que en el universo todo está relacionado con todo: un pequeño movimiento aquí genera una inmensa catástrofe allá. El mundo existe como resultado permanente de causalidades.

15. El Enfoque – La Atención – La Constancia

La mayoría de los autores que tratamos en este libro, dan importancia adecuada, más o menos implícitamente, a eso del enfoque. El Método Sedona lo hace más explícitamente.

Todo el mundo sabe qué significa la palabra enfocar, pero por si acaso entendieras otra cosa, acudamos al diccionario. Allí se dice que enfocar es "proyectar un haz de luz o de partículas sobre un determinado punto". También nos dice que es "dirigir la atención o el interés hacia un determinado asunto o problema". Cualquiera de estos significados nos vale, incluso los dos a la vez.
Proyectar mentalmente un haz de luz sobre un objeto de deseo que

nos gustaría poseer, nos permitirá verlo en nuestra mente, muy nítidamente, grande, hermoso, etc., y claro, muy claro. Si fuera necesario, se provee uno de una foto, un dibujo bien detallado, una pintura, o un objeto real. De manera que no haya duda sobre lo que va a enfocar nuestro pensamiento. Si es dinero, es bien sencillo: agarras un billete de mucho valor y lo manoseas, tocas y hueles, (y luego me lo devuelves); si es un coche, mira a ver si alguien te deja que subas en él, o al menos, sal a la calle a tocar alguno y mirarlo por dentro (con disimulo, no vayan a pensar que lo quieres robar), y así sucesivamente. Eso es el enfoque: proyectar nuestra mente y pensamiento, "iluminando" aquello que deseamos conseguir.

A ese enfoque e "iluminación" de nuestro objeto de deseo, le acompañará la energía del pensamiento y el deseo vehemente de poseerlo, junto con la emoción más fuerte que consigas encontrar dentro de ti. Toda esa bioenergía tiene que, literalmente, "quemar" aquello que estás enfocando y que deseas conseguir. Sin esa bioenergía al máximo de potencia, será difícil que puedas atraer nada hacia ti. Créeme, es sencillo, pero hay que saberlo hacer. Piensa en aquel momento de tu vida en que sentiste una emoción fortísima agradable. Quizá un enamoramiento, un beso, tu primer coche, tu primer empleo, esa beca que esperabas, un hijo... bien, pues ese nivel de emoción es el que debes sentir. Piensa en ese nivel de emoción, cuando "pidas" tu deseo de **buena suerte** y verás cómo hasta puede que se te erice el cabello o los pelos del cuerpo. Pero antes de esto, y si realmente sientes y quieres que algún día, ese tu objeto de deseo –u otro semejante–, sea tuyo, deberás dirigir tu enfoque hacia ti mismo, a tu interior. Sería el autoenfoque.

Este consiste en enfocar a nuestras emociones, a nuestras respuestas espontáneas e inconscientes, a nuestros deseos, a nuestros sentimientos, a nuestros pensamientos, etc., para "iluminarlos", para descubrir si todos ellos están correctamente orientados o no, al fin que buscamos; o si, por el contrario, están poniendo frenos, dudas o resistencias –inconscientemente la mayor parte de las veces– a nuestros deseos expresados, y a la consecución de nuestros objetivos. Eso se refleja generalmente en emociones negativas o pesimistas ante la formulación de algún deseo soñado; o en sentimientos de tristeza, recelo, etc., ante lo que consideramos deseable pero imposible; o en respuestas tales como: "sí, me gustaría ser rico, pero no creo que yo tenga esa suerte", "ya me gustaría tener un coche así, pero no creo que lo pueda tener nunca", etc. Esa forma de autoenfoque es importante y necesaria, ya que, sin descubrir qué es lo que nos está frenando en nuestro camino a la **buena suerte**, o impidiendo que esta cristalice, nunca le podremos poner remedio y así tampoco nunca alcanzaremos nuestros objetivos. En este caso lo que hay que hacer es

reorientar, como diré en el capítulo IX, esas negatividades hacia sus polos opuestos.
La atención no es más que orientar adecuadamente nuestra intención hacia el objetivo deseado y no perder dicho rumbo en ningún momento, por más que a nuestro alrededor ande todo desorientado.
La constancia es la persistencia en mantener la atención sobre nuestro objetivo una y otra vez. Es necesario ir abriendo un camino nuevo, que sólo se formará cuando insistamos continuamente en pasar por el mismo sitio. Sólo así se formará ese nuevo camino y podremos transitar por él y traer a nuestro lado la **buena suerte**.

16. La Confianza y la Esperanza

Este apartado iba a llamarse LA FE, pero tal expresión conlleva unas connotaciones demasiado específicas que podrían llevarnos a un terreno que no corresponde aquí. Muchos de los pioneros de la **buena suerte** son o han sido religiosos, incluso personajes de una gran fe religiosa, y lo han expresado así abiertamente en sus libros y métodos. Es más, en muchos de ellos, la llamada fe juega un gran papel para conseguir sus objetivos. Carnegie, Hill, Robbins, etc., son de ellos; pero otros, como Gates[123] y más simplemente pasan. Los primeros parece como que arguyeran que la fe es imprescindible para conseguir la **buena suerte**, los otros no lo creen necesario.
Dice Robbins que "cuando se habla de fe, normalmente pensamos en credos o doctrinas, y eso es lo que efectivamente son muchas creencias. Pero, en un sentido más esencial, es fe cualquier principio, guía, aforismo, convicción o pasión que pueda suministrar sentido y orientación en la vida".
Es por esta confusión que yo he cambiado la palabra fe por las de confianza y esperanza, aunque en definitiva viene a ser casi lo mismo, ya que confianza significa "tener total fe o lealtad", porque en su raíz está la 'fides' latina, fe o sea "esperar con firmeza y seguridad" y encaja casi mejor aquí. Y esperanza es saber que "lo que pides te llegará".
Dicho esto, ya puedo seguir diciendo fe en el sentido indicado. Así pues, se dice bastante que hay que tener fe, si queremos conseguir la **buena suerte** que anhelamos. Muchos de los libros que tratan sobre estos temas, repito, la consideran necesaria. Suelen hablar, sobre todo, de la fe en Dios, pero es porque en estos lares occidentales es donde se escriben más libros de estos. En otros lugares hablarían de sus propios dioses, ídolos, etc., lo cual es normal. Muchos de los grandes millonarios poseen una gran fe en un Dios cristiano, judío o mahometano. Hay grandes millonarios de fe judía, hindú o

simplemente son agnósticos o ateos.
Pero ¿es realmente necesaria la fe para poder hacerse rico? Personalmente creo que se están confundiendo las cosas. Y es lo que es básicamente, puesto que hasta el diccionario de la lengua, define la fe como algo consustancial a la religión. Pero no todo sentimiento de fe tendría por qué ser religioso ni relativo a una trascendencia. El significado del término mismo de fe es algo ambiguo, ya que para algunos equivale a una certeza absoluta, y para otros se trata de una creencia. Algunos autores, para paliar la falta de fe de sus lectores o alumnos, lo que dicen es que, si no creen en Dios, al menos que crean en algo que lo pueda sustituir de alguna manera. Algo así como una energía universal, unas leyes que nos dirigen o una inteligencia superior.
Bien, no vamos a entrar en esto. Lo que quiero decir es que para poder conseguir que la **buena suerte** acuda a nuestra llamada es necesario tener fe. Evidentemente está claro que se trata de otro tipo de fe.
Nuestro filósofo Ortega y Gasset en *Ideas y creencias,* no habla de fe cuando dice que cuando creemos de verdad en una cosa no tenemos la 'idea' de esa cosa, sino que simplemente 'contamos con ella'. Esto puede ayudarnos bastante en nuestro propósito. Pero más lo hará si vamos a lo sencillo, como es mirar en el diccionario la etimología de la palabra 'fe' que acabamos de ver. Y he aquí que precisamente, uno de los pioneros o precursores de la Ley de la Atracción, el filósofo estadounidense Ralph W. Emerson (1803-1882), nos define la confianza en uno mismo como "el primer secreto del éxito".
Y la definición del diccionario Espasa Calpe es la que nos viene aquí más como anillo al dedo: "Fe es la esperanza firme o seguridad que se tiene en que una persona va a actuar o una cosa va a funcionar como se desea". Exacto, esta es la fe que necesitamos aquí.
Cuando la **buena suerte** no acude a nuestra llamada, la mayor parte de las veces es por falta o flojedad de fe en ella. Esto me recuerda a la anestesia psicológica[124].
Si alguien, en estado de psicoanalgesia, de repente y por un instante, tiene un pensamiento negativo sobre la efectividad de la misma, la analgesia desaparece y el dolor vuelve. Inténtalo y lo verás en este ejercicio tan sencillo como poderoso, y que no te va a costar ni tres minutos hacer: cierra los ojos, relaja todos los músculos de tu cuerpo, llena tu boca de saliva al tiempo que te dices a ti mismo que te hallas en estado alfa, y piensa firmemente que tu mano izquierda (por ejemplo) se ha quedado anestesiada, insensible. Ten a mano un alfiler desinfectado y bien afilado en la otra mano y, cuando creas que estás preparado, pínchate en el dorso de esa otra mano. Verás cómo no sientes nada.
Quizá tengas que repetirlo varias veces hasta conseguirlo, dependerá

del nivel de relajación que hayas conseguido, pero, sobre todo, de la fe que tengas en su efectividad. Aunque sea una milésima de segundo, si dudas en el momento en que lo estás haciendo o una vez lo hayas hecho, la efectividad desaparece y la mano te dolerá. Para que esto no ocurra después de que lo hayas conseguido, prográmate, al hacerlo, para que en todo el día no te duela el pinchazo, o hasta que se cicatrice. Funciona. La primera vez que yo lo hice, me puse en estado alfa y con los ojos cerrados y armado de un bien afilado alfiler, me di un picotazo en el dorso de la otra mano. La sensación que noté fue que pinchaba sobre un corcho que habría sobre mi mano y, como no me dolía, pensé que aquello no valía. Seguí pinchando unas cuantas veces más y nada. Así que abrí los ojos y me encontré con no menos de 10 picotazos con sangre que me manaba del dorso acribillado de la mano. Yo lo he empleado cada vez que he ido a sacarme sangre para donarla (ahora ya no me la quieren) o para algún análisis.

Bien, pues esa es la fe que necesitamos aquí para conseguir nuestra **buena suerte**. Una fe inasequible al desaliento. Un desaliento que te puede venir desde los lugares más insospechados, como pudiera ser una noticia en la televisión que hablase de algún problema semejante a alguno tuyo, y te hace inquietarte, es decir, te quita energía y enfoque. O puede venir y, por desgracia, es lo más común, desde tu mismísimo lado, es decir, de quienes conviven contigo a diario que, aunque les muestres el estado de cuentas de lo que conseguiste con tu **buena suerte**, no te acabarán de creer.

Es posible que no te digan nada, pero es suficiente un pequeño gesto, un pequeño silencio, una mueca, etc., para que te des cuenta de lo desenfocados que están. O, si te contestan, lo harán más o menos, de la siguiente manera: “ya estás otra vez con tus rollos”, “tú nunca has conseguido nada”, “ji, ji, ja, ja”, etc. Toda una colección de sarcasmos e ironías a las que mejor es responder con el silencio.

Si consiguieran desenfocarte, estarías perdido. Solo si eres capaz de superar esas actitudes que te acosan, sin pérdida de un solo gramo de fe ni de ánimo, estarás salvado.

¿Cuál es el principal enemigo de la fe?

Lo dice bien claro Lichtman en *Cómo conseguir dinero rápidamente:* “El autosabotaje del subconsciente, que puede evitar que logres tu objetivo. Los hábitos inconscientes gobiernan todo lo que se hace normalmente en una situación y la manera más eficaz de pasar por la vida es hacer muchas cosas de manera automática –excepto cuando esos hábitos automáticos entran en conflicto–. En otros términos, la mayoría de las personas tienen mecanismos inconscientes que sabotean su deseo de dar en el blanco. Cuando logres aclararlos, serás libre de acertar sin que nada se interponga”.

Veamos lo que se dice en *El Secreto:* “decide lo que deseas, cree que

puedes tenerlo, que lo mereces y que es posible para ti".
Y, para terminar, añadir que algunos autores llaman a esta fe "permitir la manifestación" y, a lo contrario, "dudar", algo nefasto.

17. La Gratitud

El defecto más grave del hombre es la ingratitud.
JOSÉ ORTEGA Y GASSET

Olvidarse de ella hace que se nos cierre el cielo sobre nuestras cabezas

Wallace Wattles dedica todo un capítulo de su obra *La ciencia de hacerse rico,* al tema de la gratitud:

> Es necesario relacionarse de un modo armonioso con la "inteligencia sin formar". Asegurar esta relación armoniosa es un asunto de importancia tan primaria y vital que le daré aquí algún espacio para su discusión, y le proporcionaré las instrucciones para que, si usted las sigue, tenga la seguridad de que estará en perfecta unidad de mente con Dios.
> El proceso entero de ajuste mental y la compensación, puede ser resumido en una sola palabra, la **gratitud**.
> Primero, usted debe creer que hay una sustancia inteligente, de la cual proceden todas las cosas; segundo, usted debe creer que esa sustancia le dará todo lo que usted desea; y tercero, usted debe relacionarse con todo eso por medio de un profundo sentimiento de **gratitud**.
> Muchas personas, que ordenan sus vidas correctamente en todos los aspectos, están en la pobreza por su carencia de gratitud. Habiendo recibido los regalos de la vida, cortan los cables que lo conectan con la gratitud y fallan en el reconocimiento.
> Es fácil entender que cuanto más cerca vivimos de la fuente de la riqueza, más riqueza recibiremos; y es fácil también de entender que el alma que está siempre agradecida vive en un contacto más cercano con Dios que el que nunca lo busca para agradecerle.
> Cuanta más **gratitud** fijemos en nuestras mentes y en el Supremo, cuando recibimos cosas buenas, más rápidamente seguirán llegando; y la razón, simplemente, es que la actitud mental de la gratitud lleva la mente a un contacto más cercano con la fuente de donde provienen las bendiciones.
> Si es un pensamiento nuevo para usted que la gratitud lleva a su mente entera a una armonía cercana con las energías creativas del universo, considérelo bien y verá que es verdad.
> Las cosas buenas, las que usted ya tiene, le han venido a lo largo de la línea de obediencia a ciertas leyes.
> La **gratitud** conducirá a su mente a lo largo de los caminos por los que las cosas vienen; le mantendrá en una armonía cercana con el pensamiento creativo y le impedirá caer en el pensamiento competitivo.
> La **gratitud** sólo puede mantenerse mirando hacia el todo, e impedirle caer en el error de pensar que el suministro es limitado y hacer lo que sería fatal para sus esperanzas.
> Hay una Ley de la Gratitud, y es absolutamente necesario que usted la observe, si desea conseguir los resultados que busca.
> La **Ley de la Gratitud** tiene el principio natural en el que la acción y la

reacción están siempre iguales, y en direcciones opuestas.
En el momento en que usted permite morar en su mente al descontento sobre cosas que son como son, usted comienza a perder la razón. Usted fija su atención en lo ordinario, lo pobre, lo sórdido y tacaño; y su mente toma la forma de esas cosas.
Permitir a su mente amparar lo inferior es hacerse inferior y rodearse de cosas inferiores.
La mente agradecida está siempre establecida en lo mejor; por lo tanto, tiende a hacerse lo mejor; toma la forma o el carácter de lo mejor, y recibirá lo mejor.
Es necesario cultivar el hábito de estar agradecido por cada cosa buena que llega a usted; y dar las gracias continuamente.
Y porque todas las cosas han contribuido a que usted avance, debería incluir a todas ellas en su **gratitud**.

El filósofo Ortega y Gasset decía sobre la ingratitud que "el ingrato olvida que la mayor parte de lo que tiene no es obra suya, sino que le vino regalado de otros, los cuales se esforzaron en crearlo u obtenerlo. El hombre actual no se hace cargo de que casi todo lo que hoy poseemos, para afrontar con alguna holgura la existencia, lo debemos al pasado".
Y en *El Secreto*, se dice también: "La gratitud traerá más hacia nuestras vidas inmediatamente".
Joe Vitale *(El Secreto)* en su libro *El máximo secreto de hacer dinero en la historia,* corrobora esto diciendo que «si quieres dinero, sólo tienes que hacer una cosa. Es lo único que algunas de las personas más ricas del mundo han hecho y están haciendo. Es la única cosa de la que se ha escrito en diversas culturas antiguas y todavía es promovida hoy. Es lo único que traerá dinero hacia quien lo hace pero, al mismo tiempo, la mayoría de la gente temerá hacer.

¿Cuál es esa cosa?
¿Cuál es el máximo secreto de hacer dinero en la historia?
¿Cuál es la cosa que le funciona a todo el mundo?
Regalar dinero.
Así es. Regalarlo.
¿Quieres saber si alguna vez serás rico?
Hay una forma simple de saberlo. Sólo contesta:
¿Das libremente, habitualmente, generosamente, sin expectativa de regreso y con un corazón jovial?

Si tu respuesta es sí, eso es que ya estás bien económicamente. Si tienes un no en cualquier parte de la pregunta, entonces échale un vistazo a eso, suéltalo, y comienza a dar libremente y regularmente. El camino está claro. Dar es el camino».
Victor Boc (ver más abajo) fundamenta parte de su método en el Donar-Gozoso o Glad-Giving.
Hay muchas más frases de autores conocidos que nos centran en lo

que puede significar la gratitud para nuestro propósito de búsqueda de la **buena suerte**.
Pongamos otros ejemplos:

> El dar dinero es un criterio muy bueno de salud mental de una persona. Las personas generosas raramente son personas perturbadas" – Dr. Karl A. Menninger (1893-1990), psiquiatra y autor de *El hombre contra sí mismo.*
> Muchas personas que conozco dan a regañadientes o se sienten despojadas una vez que han hecho un regalo de tiempo o dinero. Si das desde un sentimiento de obligación o de un sentido de sacrificio, el sentimiento fundamental es uno de escasez. Cubrir un sentimiento de escasez con una máscara de generosidad sólo conducirá a la decepción. No es lo que haces sino por qué lo haces. Lo que quiere decir esto es que sólo deberías dar si estás dando por la alegría pura de dar. Si das porque esperas recibir, derrotas el propósito. Al universo no se le engaña fácilmente" – John Zappa, asesor publicitario citado por Joe Vitale.
> Hay una ley de gratitud, y si quieres obtener los resultados que buscas, es absolutamente necesario que observes esta ley", (Wallace Wattles' en *La ciencia de hacerse rico*. "Parece que mientras más damos, más recibimos. Es, tal vez, una de esas leyes universales que dicen: "Si quieres recibir, primero debes dar" –J. Harricharan, autor de *When you can walk on water take the boat – Cuando puedas caminar sobre el agua toma el bote)*.
> Si alguna vez hay una falta de alguna clase, si estás necesitando empleo, o dinero u orientación, o incluso sanación, algo está bloqueando el flujo. Y el remedio más efectivo es: ¡Dar!" – Eric Butterworth, autor de *Economía Espiritual: El Proceso de la Prosperidad.*
> El máximo secreto de hacer dinero en la historia lo activas cuando das libremente, alegremente, a dondequiera que en la actualidad obtengas alimentación y nutrición espiritual. El dinero es una forma externa de la sustancia espiritual" – Georgiana Tree West en *Los diez mandamientos de la prosperidad.*
> Muchas personas han tenido un bloqueo psicológico en contra de dar el diezmo, debido a que muchos teólogos han puesto énfasis en lo que el diezmo haría para la iglesia, en vez de lo que podría hacer para el individuo" – Catherine Ponder en *Abre tu mente a la prosperidad.*
> Si te aferras a tu dinero, te arriesgas a perder lo mismo que estás acumulando. Por otra parte, si confías que lo bueno fluye hacia esos que dan libremente, siempre tendrás activo disponible para satisfacer tus necesidades" – Joe Vitale citando a Percy Ross. autor de *Pide la luna y obtenla: El secreto para obtener lo que quieres sabiendo cómo.*
> Debemos dar sin expectación de retorno – Ernest C. Wilson de *El Gran Médico.*
> Nuestra motivación debe ser que el dinero que regalamos es un regalo de amor que devolvemos al Universo en gratitud y aprecio por nuestro regalo de la vida. – Patricia Diana Cota-Robles en *¡Es tu hora de que seas libre financieramente!*
> El amor debe ser el principio conductor en toda nuestra donación" – James A. Decker, autor de *La decisión magnífica.*

Y muchas más.
¿Qué podemos sacar de todo esto?

> Pues que recibir va estrechamente ligado a dar.
> Que si das, esperando recibir, te cansarás de esperar.

Que si te da pena dar, en vez de alegrarte, el que reciba de ti se alegrará, pero tú sufrirás. Y lo que des, a ti no te servirá.

Que si esperas recibir por la misma vía que das, posiblemente no recibas nunca nada.

Que si esperas recibir el mismo tipo de bien que el que das, igual es que estás algo miope.

Que cuanto más generoso eres, más millonario puedes llegar a ser. Y eso lo saben la mayoría de los millonarios.

En fin, que dar, si sabes hacerlo, es recibir.

O O O O O O O O O

Amigo lector

Llevamos ya un buen rato juntos. Yo meses hasta llegar aquí, y tú un puñado de horas, y quiero decirte algo, y es que no me importa si ya no quieres seguir leyéndome más. Estamos a la mitad. No sigas si no quieres, yo ya he disfrutado lo mío escribiendo hasta aquí este libro, y voy a seguir hasta terminarlo. No es el único que he escrito. Tengo ya una docena y, como supondrás, no tengo 20 años. Espero que si sigues, aprendas algunas cosillas más. Siempre está bien aprender cosas. ¿No te parece? Quiero darte, a tiempo, un consejo: si puedes, consigue un ejemplar del librito de Daniel Sévigny titulado *Las claves de El Secreto*. Está editado en español por SWING y en francés por Les Éditions de Mortagne, Ottawa. Léetelo completito. Me lo agradecerás. (No tengo nada que ver con este autor al que no conozco de nada). Solo que, entre tantos libros como he leído sobre el tema que nos está ocupando, considero que es el mejor, a excepción de este mismo, claro, y del que le sigue, ya publicado y titulado *La **buena suerte** sin cuentos*. Ambos son una puesta en práctica de cuanto digo a lo largo de este mismo. Haz lo que se dice allí y no te arrepentirás. Ambos son un buen complemento para este. Me puedes escribir para decirme que lo has hecho:

fundacionanduix@gmail.com

Aunque mi camino ahora va a ir hacia otros quehaceres, uno de ellos el de enseñar **Radiestesia Científica** de los Códigos del Universo, única en el mundo.

Si me lo permites, y si te retiras de seguir leyéndome, quiero darte las gracias por tu amable compañía en todo este tiempo.

Aunque espero que sigas disfrutando de la lectura y pronto de tu

buena suerte

O O O O O O O O O O

Capítulo V

Cómo surgió el movimiento actual de activar los mecanismos para alcanzar la buena suerte

Si ya has visto la película *El Secreto,* o leído el libro del mismo nombre, o algún otro libro referente al mismo tema, como cualquiera de los que hago referencia al final de este libro en la bibliografía que se acompaña, te habrás dado cuenta de que, por ejemplo, en dicha película y libro no se habla claramente de un método, modo definido o práctica sistémica para atraer la **buena suerte** y la riqueza. El que un niño desee una bicicleta y al rato aparezca su abuelo con una, no es lo más normal, aunque sí he observado yo que, cuando he deseado obtener alguna cosa más elemental, ésta me ha llegado a la vuelta de uno o dos días y, a veces, incluso antes. Pero esto yo no lo atribuiría ni siquiera a la práctica o al método empleado para atraerlo. Simplemente la cosa estaba ya ahí de antes y no la veía (en casos de estrés suele pasar mucho, ya que nuestros sistemas autónomos mentales se desconectan de alguna manera, o se "distraen" de aquello que no tiene mucho que ver con lo que nos causa dicho estrés en ese momento).

Llegados a este punto, debo decir algo que, para ciertos lectores, puede ser importante a causa de sus ideas o creencias religiosas, sean estas muy arraigadas o, por el contrario, porque no las tengan en absoluto.

Pero las cosas han sido históricamente como han sido y eso no se puede cambiar. Pues resulta que, como decía un profesor mío, cuando algunos "iluminados" inventan o descubren algo nuevo relativo a la mente, van y montan una religión. Ocurrió con la Dianética o Cienciología de Ronald Hubbard, que tiene muchos aciertos psicológicos en su base, que, en estos tiempos en que cierta psicología profunda o del inconsciente, se ve desplazada de muchas universidades –¡allá ellas!– es de agradecer.

Y así es como se presenta a un público nuevo e ignorante, que, cuando se da cuenta y hace sus cursos y más cursos, puede acabar enganchado a lo que realmente está registrado como una religión. Si uno prescinde de este último apartado (por las razones que sean) y se queda con la parte técnica psicológica puede serle muy útil. Muchas veces el que los autores registren sus técnicas como religión es por motivos simplemente fiscales o políticos. Esto último por aquello de que en los países libres está muy mal visto que alguien sea molestado por sus ideas religiosas y así se pueda campar a sus anchas.

Ocurre lo mismo con la Bioprogramación del llamado Maestro Fénix (alias de Ignacio González de Arriba), cuyas técnicas mentales son

fabulosas e inigualables. No cabe duda de que algunas son refritos de otras obras, pero tiene un cuanto de originalidad imprescindible e inencontrable en otros lugares, pero él se confesaba sacerdote cristiano (no católico) cuando lo conocí (aunque tenía mucho cuidado en no mezclar cuestiones), y todo su empeño final era hacer de sus técnicas y su religión un arma y un medio poderosos para ayudar a la humanidad. Cosa totalmente loable. Es muy buena su *Terapia del mejor terapeuta.* De él he tomado algunas ideas. De entre los muchos temas que trata, se encuentra también lo relativo a la Ley de la Atracción, por ello aquí adoptaremos algunos de sus supuestos logros mentales[125].

Otros enseñan y predican la *Ley de la Atracción* pero, por lo visto, a ellos mismos no les funciona, y en lo único que consiguen provecho es con la venta de sus cursos, discos, etc. La gracia sería que les funcionara en otros desempeños. Es lo menos que se les puede pedir.

El origen de la Ley de la Atracción no se escapa tampoco a esa tentación, ya que nace en el seno de la corriente místico-filosófica llamada **Nuevo Pensamiento**. No todo él se fundamenta en lo religioso, pero algunos de sus representantes más conocidos sí están vinculados religiosamente o han escrito también libros religiosos. Pero... ¡qué más da! Si algo funciona, ¿por qué no utilizarlo? Siempre, claro está, que no se engañe a nadie, y eso también vale para uno mismo, ¿o no? Y en eso es en lo que estamos.

De una web oficial sobre este Nuevo Pensamiento he sacado alguna información que nos puede interesar. Veamos de qué se trata esto del Nuevo Pensamiento y de lo útiles que nos pueden ser sus enseñanzas. Algunas de ellas nos van a servir mucho y las incorporo a mi método, por eso es bueno que las conozcas, aunque, por aquello de los derechos de autor, conviene ser cautos y remitir en la medida de lo posible a los propios autores en cuestión, a sus propias obras que, lamentablemente, no siempre están traducidas o no son fáciles de hallar.

El movimiento del Nuevo Pensamiento

El Nuevo Pensamiento es un movimiento filosófico que surgió hace más de 150 años y ha transformado positivamente la vida de muchas personas. Son sus grandes escritores: Quimby, Emerson, Dresser, Eddy, Towne, Wallace Wattles, Holmes, Fillmore, Joseph Murphy, Taniguchi, Louise Hay, Napoleon Hill, Deepak Chopra, Wayne W. Dyer, Zukav, Beckwith, entre muchos otros.

Alguno de éstos aparece en la película *El Secreto.* Es un estilo de vida espiritualmente motivado que adopta las enseñanzas de antiguas tradiciones de sabiduría tanto de Oriente como de Occidente. El

Nuevo Pensamiento está comprometido con la curación planetaria a través de la transformación personal.
El Nuevo Pensamiento promueve el entendimiento intercultural, interreligioso e interdisciplinario, así como la cultura de la no-violencia.
Y en la obra *El nuevo Pensamiento,* de la compositora y esotérica venezolana Conny Méndez (1898-1979), se dice que todo esto se remonta a Enoc, un personaje intertestamentario de la Biblia copta, descendiente de Adán, bisabuelo de Noé y padre de Matusalén, suponiendo que el personaje llamado Adán hubiera existido realmente. De este Enoc se dice que era un sabio y, según el país en el que recalaba su leyenda, se le denominaba Hermes Trismegisto, Toth, Cadmus (Kadmos), etc., y que dejó escrita su sabiduría en 42 volúmenes (papiros enrollados, que es lo que significa volúmenes), de los que algunos se conservan todavía.
El caso es que un supuesto ejemplar de la obra de Enoc, recaló, procedente de Etiopía, en la Abadía de Westminster, y hace algo más de un siglo, un arzobispo anglicano hizo traducir al inglés lo que él consideró un descubrimiento sensacional: "El Principio de Mentalismo". A partir de ese principio surge, entre otros movimientos, el del Nuevo Pensamiento. Sea o no verdad, ahí queda la información.

Qué no es el Nuevo Pensamiento

Aun cuando el Nuevo Pensamiento no es un religión, sus principios han sido incorporados por algunas instituciones filosófico-religiosas como Unity, Religious Science, Seicho-No-Ie (conocido como el "Unity japonés") entre otras.

Visión del Nuevo Pensamiento

La conciencia es infinitamente creativa; creamos nuestra experiencia a través de nuestros pensamientos y sentimientos.

Prácticas en el Nuevo Pensamiento

Para el Nuevo Pensamiento, cuando la mente moldea una idea, ésta se convierte en realidad a medida que se dan las circunstancias adecuadas para su materialización. Por ello el Nuevo Pensamiento pone gran énfasis en el pensamiento positivo, afirmaciones y meditación.

Intelectuales del Nuevo Pensamiento

Hay dos figuras muy importantes para la formación del Nuevo Pensamiento: Phineas Quimby y Ralph Waldo Emerson. Quimby es considerado el padre intelectual del Nuevo Pensamiento, a pesar de no haber iniciado ningún movimiento propiamente. Es por sus ideas que Emerson es considerado precursor del Nuevo Pensamiento ideas que Emerson es considerado precursor del Nuevo Pensamiento.

Por qué el nombre de Nuevo Pensamiento

El término Nuevo Pensamiento que comenzó a utilizarse a finales del siglo XIX, sustituyendo al término Ciencia Mental, nombre con el que era conocido hasta entonces, es usado para dar la idea de crecimiento o desarrollo del pensamiento.
El Nuevo Pensamiento está representado en el Parlamento Mundial de Religiones desde 2009 por varias organizaciones que, por primera vez, se presentaron como un solo movimiento unificado, en lugar de hacerlo de forma separada.

* * *

Bien, dichos los anteriores prolegómenos, debo añadir antes de seguir, algo muy importante: los personajes que aparecen a continuación –unos bien conocidos, otros menos– han expuesto sus métodos de éxito tanto en las obras que han escrito, como en sus exposiciones públicas, sean cursos, conferencias, charlas, vídeos o películas. De ningún modo deseo juzgar si mejor o peor expuestos, si es verdad o no lo que han dicho o han dejado de decir, si es más fiable o menos fiable, si útil o inútil lo expresado, etc. El caso es que, por respeto a sus opiniones, tanto como a sus derechos de autor, por sus trabajos publicados, simplemente reproduzco aquí lo que considero que reflejan mejor y es más fiel a sus ideas y pensamientos.
Con esto quiero decir también que si a alguien le interesa comprobar cuanto aquí digo de tal o cual autor, no tiene más que acudir a la extensa bibliografía que incluyo al final y allí podrá encontrar cuanto digo. La verdad es que a mí nunca me habían atraído este tipo de libros, a pesar de ser un lector compulsivo y poseer una buena biblioteca, pero cuando cayó el primer libro de este tipo en mis manos –concretamente *El hombre más rico de Babilonia,* de George Clason– todo cambió para mí.
Casualmente allí decía justo lo mismo que yo había estado haciendo toda mi vida, como todo el mundo: preparar mi jubilación. Tras la lectura de este precioso librito y alguno más, así como ver la película y leer el libro *El Secreto,* de Rhonda Byrne, me lancé a la búsqueda de mi **buena suerte**. Que encontré rápidamente, si bien luego la perdí. Pero no me imaginaba que para escribir yo este que estás leyendo, tuviera que leerme unos 400 libros más. ¡Y lo bien que me lo pasé

haciéndolo y tomando notas! Aunque mi camino hacia la **buena suerte** ya estuviera echado de antes. Desde todo punto, no necesitaba para nada haberme metido en este berenjenal, tanto de leer como de escribir... pero lo hago por ti, porque sé de primera mano lo que es pasarlo mal cuando se carece incluso de lo más elemental en la vida: un cacho de pan para ti y para tus hijos, y si logro que este no te falte nunca en la vida, finiquitaré yo en ella de lo más satisfecho. ¡Habrá merecido la pena vivirla!

Capítulo VI

MÉTODOS PARA CONSEGUIR LA BUENA SUERTE BASADOS EN LA MENTE Y LA ACCIÓN I

La mitad de la vida es suerte; la otra mitad debe ser disciplina, pues sin ésta no sabremos administrar la buena suerte.
VOLTAIRE

Antes de que te lances a copiar, seguir, practicar, o aprender cualquiera de los métodos de los diversos personajes que alcanzaron su **buena suerte**, más o menos explícitamente, incluso el mío, que expongo más adelante, deseo fervientemente que tengas en cuenta lo que nos dice a continuación Jim Rohn en su libro *Siete estrategias para alcanzar riqueza y felicidad*, sobre el autoengaño. No lo hubiera sabido decir yo mejor:

Contra el autoengaño, acción

> En los últimos años se han publicado varios libros que preconizan la idea de que, repitiendo verbalmente y afirmándose en lo que uno desea conseguir, el éxito se producirá milagrosamente. Me opongo completamente a esa manera de pensar. Según mi experiencia, esas afirmaciones no respaldadas por la disciplina necesaria para actuar sobre las cosas que se afirman, produce en los hombres (y mujeres) la ilusión de que están haciendo progresos, cuando en realidad, su actividad diaria no conduce a nada.
> ¿Por qué la gente dice una cosa y actúa en directa contradicción con lo que afirma?
> El hombre que sueña con la riqueza, pero que cada día camina hacia un desastre económico seguro, y la mujer que desea la felicidad pero alberga ideas y realiza actos que le conducen a una inevitable desesperación, son ambos víctimas de las falsas esperanzas creadas por esas afirmaciones. ¿Por qué? Porque las palabras alivian y, al igual que los narcóticos, nos adormecen en un estado de complacencia. Recuerde esto: ¡Para progresar es necesario ponerse en marcha realmente.

Es muy importante todo esto. Aparte de que lo que se desee conseguir y de que las afirmaciones que se empleen sean más o menos coherentes y no estrambóticas ni fuera de lo real, es necesario que uno ayude digamos que poniéndose al servicio de lo pedido, acercándose hacia donde éste se pueda encontrar, rondando por donde se supone que habrá de lo que se busca o desea, etc.
Pero tampoco hay que equivocarse, porque, por ejemplo, si uno desea dinero –quizá lo más deseado por todo el mundo– el hecho de imaginarse o visualizarse uno dentro de un banco todos los días, o ponerse incluso todos los días a la puerta o pasar por delante del mismo, no va a conseguir que le llegue ningún dinero que no haya ingresado previamente con otro tipo de acciones.
Es decir, el dinero se genera con algún tipo de acción determinada que todo el mundo conoce, de igual manera que conseguir un trabajo se consigue yendo a buscarlo, o una pareja dejándose ver.
Cada deseo requiere un tipo de acción y nada se consigue sin ella. Del cielo sólo cae agua y poco más, aunque leyendo *El libro de los condenados, de Charles Fort*, uno se entera de que también pueden caer ranas, carne, azufre y un largo etcétera de cosas de lo más extrañas, pero eso es ya otra cuestión.

Personajes que aparecen en la película El Secreto

El método de Rhonda Byrne

Su película y libro El Secreto, empiezan de la siguiente manera:

> «Hace un año mi vida se había desmoronado. Estaba exhausta, mi padre murió repentinamente y mis relaciones con mis compañeros de trabajo y mis seres queridos eran desastrosas. Poco podía imaginarme por aquel entonces que de toda esa desesperación llegaría el más grande de los regalos...
> Tuve una fugaz revelación de un Gran Secreto: El Secreto de la vida. Esa fugaz revelación me llegó gracias a un libro centenario que me regaló mi hija Hayley. Empecé a buscar los orígenes de El Secreto en la historia. No podía creer que hubiera tantas personas que lo conocieran. Eran algunos de los personajes más grandes de la Humanidad: Platón, Shakespeare, Newton, Victor Hugo, Beethoven, Lincoln, Emerson, Edison, Einstein… Todavía incrédula pregunté: "¿Por qué no es de dominio público?". Me consumía un ardiente deseo de compartir El Secreto con el mundo y empecé a buscar personas que lo conocieran».

Así es como empiezan tanto la película *El Secreto*, como el libro que la Byrne escribió sobre él. Lo que no dice, ni en una ni en otro, era lo de que era (y se supone que sigue siendo) una guionista y productora de televisión australiana, y que, de la pelí-lícula *El Secreto,* se vendieron millones de ejemplares en DVD y en libro en poco tiempo. O sea que, de lo de ¡pobrecita!, algo menos. Y algo menos también que tuviera

manera de saber lo que nadie, ni los propios personajes (Platón, etc.), dejaran escrito sobre un supuesto secreto que nadie más conocía. Todo eso y más es mercadotecnia pura que otra cosa. Sí es cierto, en los casos más actuales de por ejemplo, Cristóbal Colón, Wallace D. Wattles, Andrew Carnegie, Henry Ford, etc., que ellos sí sabían cosas que el resto de la humanidad o bien ignoraba absolutamente y nunca lo habían sabido, o si lo supo alguna vez, lo olvidó.

Rhonda Byrne dijo en un reportaje para Newsweek que la inspiración para realizar su film de 2006, *El Secreto,* y el subsiguiente libro del mismo título, fue su acercamiento a la *Ciencia de hacerse rico,* de Wattles. La hija de Byrne, Hayley, proporcionó a su madre una copia de este libro para ayudarla a recuperarse de su depresión[126].

La película también hace referencia, al repopularizar el término *Ley de atracción,* al libro de 1908 de otro autor del Nuevo Pensamiento, William Walker Atkinson (alias Yogi Ramacharaka), titulado *Vibración del Pensamiento o la Ley de Atracción en el Mundo del Pensamiento,* así como a la *Ciencia de hacerse rico* de Wallace Delois Wattles, también del Nuevo Pensamiento.

El método de Bob Proctor

La causa de la pobreza es la conciencia de pobreza.
A mí no me importa lo que hagan con el dinero, lo pueden sacar y quemarlo todo, no me importa.
Lo doy por mí.

Bob Proctor es el presentador de la película *El Secreto,* pero aparte ha escrito algún libro como: *You were born rich,* o sea*, Naciste Rico,* del que entresacanos lo siguiente:

> «Para acumular riqueza se debe estar confortable con la idea de dinero. El dinero es una idea. El papel que pones en tu cartera no es dinero, representa dinero, es sólo una idea de dinero.
> Hay tres estrategias claves para ganar dinero:
> **1. Cambiar tiempo por dinero.** Es lo que hace el 96% de la gente: empleados, trabajadores, médicos, contables, etc. Evidentemente, mientras no trabajas, no ganas. Si una persona acumula cualquier grado de riqueza con este método, es siempre a costa de su tiempo y su vida.
> **2. Invertir dinero para ganar dinero.** Esta estrategia la emplea aproximadamente el 3% de la población, lógicamente hay que tener dinero para invertirlo.
> **3. Apalancándose para ganar dinero**. Es cuando multiplicas tu tiempo a través del "esfuerzo" de otros, para poseer múltiples vías de ingresos. Esos otros obtienen a cambio también un beneficio. El apalancamiento se basa en:

- Piensa de qué manera puedes hacer lo que haces más efectivamente.
- Piensa de qué manera puedes mejorar la calidady cantidad de los servicios que prestas.
- Piensa de qué manera puedes ayudar a la gente de un modo mucho más efectivo.

Virtualmente, cualquiera puede aprender a ganar dinero, la triste verdad es que el 97% de la gente vive y muere sin haber aprendido nunca a ganar dinero de verdad. Para perpetuar este ridículo problema, su ignorancia la pasan de generación en generación. No digo que sean ignorantes, simplemente digo que son ignorantes de las verdades de ganar dinero.

¿Por qué crees que un 1% de la población gana aproximadamente el 96 por ciento de todo el dinero del mundo? ¿Crees que es por casualidad? Está diseñado de ese modo. Es porque entienden algo. Entienden *El Secreto* y ahora tú estás siendo introducido al mismo.

Las personas que han acumulado riqueza han utilizado *El Secreto,* consciente o inconscientemente.

Tienen pensamientos de abundancia y riqueza y no permiten que en sus mentes arraiguen pensamientos contradictorios.

En ellas predominan los pensamientos de abundancia.

Sólo conocen la riqueza y en sus mentes no cabe nada más. Tanto si son conscientes como si no, esos pensamientos de riqueza son los que les han aportado la riqueza.

Es la Ley de la Atracción en acción.

Un ejemplo perfecto para demostrar *El Secreto* y la Ley de la Atracción en acción es éste: puede que conozcas a alguna persona que ha acumulado una gran riqueza, que la ha perdido y que al poco tiempo la ha vuelto a recuperar. Lo que sucede en estos casos es que los pensamientos de esas personas, conscientes de ellos o no, son predominantemente de riqueza; así es como la consiguieron en un principio. Luego permitieron la entrada en su mente de pensamientos de miedo a perder la riqueza, hasta que estos pensamientos vencieron a los otros. Inclinaron la balanza de los pensamientos de riqueza en favor de los pensamientos de pérdida y así esas personas lo perdieron todo. Sin embargo, una vez hubieron perdido su riqueza, el miedo a la pérdida desapareció y la balanza se decantó otra vez hacia los pensamientos de riqueza. Y volvió el dinero.

La ley responde a tus pensamientos, sean los que sean. Si lo ves en tu mente, lo tendrás en tu mano.

Cuando sabes lo que quieres y lo conviertes en tu principal pensamiento, lo atraes a tu vida.

La Ley de la Atracción está actuando, tanto si lo crees y lo entiendes como si no.

La Ley de la Atracción es la ley de la creación. ¡La Física Cuántica nos dice que el Universo entero ha surgido de un pensamiento! Tú creas tu vida a través de tus pensamientos y de la Ley de la Atracción, y todos los seres humanos lo hacemos. No es que sólo actúe si la conoces. Siempre ha actuado en tu vida y en la vida de todos los seres humanos a lo largo de la historia. Cuando eres consciente de esta gran ley, eres consciente de tu increíble poder, que te permite llegar a pensar tu propia vida para que se manifieste.

Recuerda: “El dinero es el último sirviente”.

Como ayudas a los demás, más ganas tú. Y como ganas más, más puedes ayudar a los demás».

El método de Esther y Jerry Hicks (Abraham)

Cuando te sientes próspero, solo te puede llegar lo que se asemeja a la prosperidad.

Cuando te sientes pobre, sólo puede llegar a ti lo que se asemeja a la pobreza.

Cuando responsabilizas o culpabilizas a otros de tu éxito o de tu fracaso, no tienes poder para realizar ningún cambio.
E. Y J. HICKS

Esther y Jerry Hicks son pareja y llevan muchos años siendo la voz de un espíritu muy interesante que se hace llamar Abraham. Se crea o no en espíritus, yo recomendaría algunos de sus libros (véase bibliografía), ya que son de unas enseñanzas profundas y sumamente interesantes para el tema que nos ocupa; y nada fácil que hayan podido ser sacadas de la mente de alguna persona normal.
De su *Curso sobre la Ley de Atracción*, resumo lo siguiente:

Introducción a la Ley de la Atracción

Nuestro Universo está regido por diferentes leyes, todas ellas son infalibles y nadie puede escapar a ellas, así como la ley de la gravedad que está siempre presente en nuestro planeta y rige toda la actividad de la tierra, también así la Ley de la Atracción es totalmente infalible, inefable y en este momento ella está ocasionando que obtengas los resultados que ves en tu vida, ya sea que te gusten o no.
Nada te salva de esta Ley de la Atracción, ni yendo a una montaña ni intentando esconderte de ella, podrías ser la excepción, porque todo en este planeta es electromagnetismo y todo está conectado entre sí.
Dado el hecho de que no puedes escapar de la Ley de la Atracción, ¿por qué no aprender a utilizarla en tu beneficio?
¿Por qué no aprender sus principios y cómo funcionan para beneficiarte con ello?
La energía no puede ser destruida, únicamente se transforma; y el hecho de conocer estos principios que estás a punto de aprender, te ayudará a transformar tanto tu propia energía como tu vida.
La Ley de la Atracción nos dice que todo atrae a su igual y que todo aquello en lo que concentras tu atención es lo que expandes, lo que alimentas, lo que atraes sin cesar una y otra vez.
La ley de la atracción no es un concepto de la Nueva Era (New Age), ni un término simple, es una ciencia, es algo que aprendiste en la

escuela, es algo que la Física enseña y estudia, esta ley nos dice que cada átomo de tu cuerpo está constantemente respondiendo a los impulsos de tu medio ambiente y por supuesto a tu mente, a tus vibraciones y emociones, ya sean estas positivas o negativas.
Se han publicado en periódicos varias historias sobre gente pobre que ganó la lotería y a los pocos meses o años está de nuevo en bancarrota, porque no supo utilizar su dinero o porque lo perdió de alguna u otra forma.
La Ley de la Atracción responde a todas las vibraciones que emitimos y ella no tiene criterio ni puede discernir si lo que atraemos es benéfico o no, simplemente es un sirviente.
Por eso es importante mantenerse alerta a las vibraciones que ofrecemos, ya sean negativas o positivas, así obtendremos más de ellas. Todo el tiempo estamos enviando vibraciones externas, que no se ven y no percibe el ojo humano; hay vibraciones altas y bajas.
Por ejemplo, al observar una flor o un paisaje hermoso, ofreces una vibración de alta intensidad y, por el contrario, cuando te concentras en un hecho que te molesta o te hace sentir molestia o enojo, ofreces una vibración de baja frecuencia.
Como la Ley de la Atracción trabaja sin cesar, obtendrás más de aquello que comúnmente tienes en este momento en tu vida, porque inconscientemente te encuentras dentro de un círculo vicioso en el que estás perpetuando las condiciones en que más piensas durante el día, aquellas en que más te concentras.

Las frecuencias vibratorias

La Ley de la Atracción responde a todas las vibraciones que emitimos y no tiene criterio ni puede discernir si lo que atraemos es benéfico o no, “simplemente es un sirviente”.

Atraigo a mi vida aquello en lo que me concentro,
ya sea algo deseado o indeseado.

La Ley de la Atracción es una poderosa fuerza que rige a nuestro planeta y, como cualquier otra de las leyes que se encargan de “administrar” nuestro mundo, está programada de tal manera que nunca falla y no hay forma de escapar de ella.
En este mismo instante todos nosotros estamos sufriendo sus efectos sin darnos cuenta, y es que todo lo que en este momento se encuentra presente en nuestra vida, está ahí debido a nuestros hábitos inconscientes de atracción. Es decir, que, debido a la cantidad de concentración que hemos puesto en cada aspecto de nuestra vida, ya sea inclinándonos hacia criticar lo malo o apreciando lo bueno, así serán los resultados que obtendremos en forma de eventos,

circunstancias y personas.
Si estudiamos un poco más a fondo cómo se desarrolla la vida de los individuos, nos daremos cuenta de que la gente atrae aquello en lo que más se concentra, o aquello a lo que más temor tiene.
Por ejemplo, hace algunos años una amiga abogada me comentaba que, en sus estudios de criminalística, los investigadores que entrenaban a su equipo, les enseñaban que el perfil típico de las víctimas que sufren de asaltos con mayor frecuencia son precisamente quienes viven con el miedo a ser asaltadas, quienes cambian hacia todos los lados en la calle, porque "no vaya a ser que salga de pronto un asaltante", son aquellas que más hablan acerca de los asaltos que han sufrido y se regocijan en comentar sus historias a todo aquel que preste oídos.
El anterior es solo uno de los muchos casos en los que la Ley de la Atracción deja evidencia de su existencia. Y nosotros estamos acostumbrados a creer que al quejarnos de algo, lo hacemos para que se aleje de nosotros, cuando es todo lo contrario, lo atraemos.
Al quejarnos de la mala economía estamos añadiendo energía a la realidad de la mala economía.
Al quejarnos de los asaltos y la inseguridad en nuestro país, también estamos poniendo nuestro granito de arena para asegurarnos de que seamos víctimas de algún asalto en el futuro.
Cualquier actividad que involucre crítica de alguna situación o persona, empeora la situación o persona a la que estamos criticando.
Cualquier circunstancia a la que tememos, también añade posibilidades de que en un futuro nos suceda.
Darle vueltas, una y otra vez, a un problema en nuestra cabeza es igual a decirle al universo que nos mande más de ello. Y como la Ley de la Atracción no sabe discernir lo que es bueno o malo para nosotros, funciona como un sirviente y hace lo que nuestra cabeza le dicta. Es decir, ¡cree que estamos pidiendo más! Y eso nos da.
Otro ejemplo muy ilustrativo es en el ámbito de las relaciones humanas.
Existen muchos casos en los que las personas se divorcian por maltrato psicológico o violencia intrafamiliar y, después de varios años se las encuentra con un nuevo compañero/a que los/las trata igual que el/la anterior, sino peor.
Estas personas creen que es debido a su mala suerte. Más bien yo creo que se trata de la Ley de la Atracción en acción.
Las personas que se sienten como fregonas, no importa cuantas veces se divorcien o cambien de empleo, siempre atraerán, ya sea en un nuevo matrimonio o en un nuevo trabajo, precisamente a alguien que las haga sentirse de la manera que les es más familiar para ellas (como fregonas).

En la siguiente secuencia podemos observar cómo es el proceso de atracción negativa

1. Observamos nuestras condiciones.
2. Mientras observamos, emitimos una vibración negativa (les damos poder a nuestros sentidos del tacto, olfato, vista y oído, y hay que recordar que ellos proceden de la materia, no del espíritu y, por lo tanto, pertenecen al mundo de las bajas frecuencias vibratorias).
3. La Ley de la Atracción responde a la vibración que hemos emitido.
4. Volvemos a observar los resultados y emitimos una vez más una vibración.
5. Nuevamente la Ley de la Atracción nos responde.
6. El círculo sigue y sigue sin cesar.

La solución para cambiar este círculo de atración inconsciente, y dejar de seguir atrayendo aquello que no queremos, es seguir la siguiente fórmula de 3 pasos.

PASO 1. **Identifica tu deseo**. Cuando te encuentres en una situación problemática o que no te satisface, inmediatamente identifica qué deseas en su lugar. Es decir, cuando te encuentres en apuros económicos de inmediato pregúntate:
– ¿Qué preferiría en lugar de esta situación?
La respuesta en este caso sería:
– Deseo tener libertad económica.
Este es el primer paso para comenzar a utilizar la Ley de la Atracción en tu favor, dejar de concentrarte en el problema y darle un giro a tu enfoque preguntándote qué quieres en lugar de lo que estás viviendo en este momento.
Otro ejemplo sería el de una persona que está soltera y se siente solitaria, triste y sin esperanzas de encontrar pareja. La pregunta es:
– ¿Qué preferiría en lugar de esta situación?
Respuesta:
– Deseo encontrar a mi pareja ideal y tener una buena relación.
Como podrás ver, el simple hecho de hacerte la pregunta:
¿Qué prefiero en lugar de esta situación?, te ayuda a retirar el enfoque de tus problemas, al menos por un momento.

PASO 2. Eleva tu frecuencia vibratoria para alinearla a tu deseo. Elevar tu frecuencia vibratoria significa cambiar de enfoque. Cambiar de enfocarte en lo negativo, a enfocarte en lo positivo. Centrarte en una sintonía donde tus sentimientos y humor sean de felicidad y expectativa por lo bueno que esperas y que vendrá a ti sin duda alguna.
Es necesario darle nuestra atención y energía positiva a lo que sí queremos, mientras que debemos evitar enfocarnos en lo que no queremos.
Durante el día, cuando estés realizando tus actividades normales pregúntate a ti mismo:
– ¿Cómo me estoy sintiendo?
– ¿En qué parte de la escala vibratoria me encuentro en este instante?
– ¿Me estoy concentrando en lo que sí quiero, en lugar de en lo que no quiero?
– ¿Estoy criticando, recriminando, sintiendo lástima por mi situación y hablo pesimistamente?
Es importantísimo que todos los días decidas prestar menos... y menos... y menos y menos atención a los problemas que se te presentan. Ya que, sin importar qué problema tengas en este momento en tu vida, ese problema es únicamente un

resultado de cómo has estado "vibrando" en el pasado, y puedes cambiarlo si comienzas a "vibrar" de una manera diferente.
Lo importante para salir del círculo negativo de atracción es hablar todo el tiempo de lo que sí quieres, esto se logra:

1. Imaginando que tu deseo ya se ha realizado.
2. Hablar como si tu deseo ya estuviera realizado.
3. Encontrar material de revistas o dibujos que sean simbólicos de tu deseo ya realizado y tenerlos muy cerca, rodearte de ellos, llenarte de ese material (mientras que evitas prestar atención a la realidad que no te satisface).
4. Ten a la mano una lista de actividades que te ayuden a "escalar vibratoriamente"; esto significa actividades que te hagan feliz. Puede ser algo tan simple como regar el jardín, pasear a tu perro, encender una vela y meditar, escuchar música suave, disfrutar de tu bebida favorita, darte un masaje, ir de compras, llamar a un amigo, ver una película divertida, ir al cine, ir a tu restaurante favorito, leer, cocinar tu postre favorito, abrazar un oso de peluche. Cualquier cosa que te haga sentir bien.
5. Nota: este paso es muy importante que lo lleves a cabo a diario, no importa cuánto tiempo le dediques a sentirte bien, pero hazlo aunque sea unos minutitos, no tengo palabras suficientes para decirte cuántos beneficios recibirás si tan sólo hicieras este pequeño esfuerzo.

PASO 3. Elimina tu resistencia. Eliminar tu resistencia significa liberarte de toda duda. Este es el paso más importante de todo lo que hemos venido estudiando, ya que la rapidez y la eficacia con que la Ley de la Atracción traerá tu deseo a ti, dependerá de tu nivel de resistencia. Para que tus deseos se cumplan tienen que parecer lógicos, no como algo imposible; que sientas que ya están cerca de ti y que son lo más normal del mundo.
Ya que, cuando algo te parece lejano e inalcanzable, mientras tu deseo se encuentre en el pedestal de lo imposible, ahí permanecerá para siempre.
Cuando un deseo parece tan lejano que en tu interior, sabes que nunca sucederá, te encuentras fuera de la frecuencia del mismo y no eres igual o equivalente a él, por lo tanto no lo recibirás.
Eliminar la resistencia es como tomar un viaje a partir de un lugar de duda hacia un lugar de certeza, eliminando las dudas poco a poco en el trayecto.

El método de Jack Canfield

El éxito necesita de tiempo, esfuerzo,
perseverancia y paciencia.
J. CANFIELD

Cuando Canfield no era todavía rico y ya había escrito *Sopa de pollo para el alma,* con su colega Mark Victor Hansen, ambos tenían el problema de saber qué título ponerle a dicho libro para que resultara un bestseller. Así que idearon una estrategia que consistía en preguntar a sus mentes inconscientes todas las noches al irse a la cama, el nombre más apropiado para conseguir el éxito. El resultado fueron más de 75 millones de copias del libro vendidas de toda la serie de *Sopas.*
Dice en una entrevista que la Ley de la Atracción es absoluta; es

impersonal y es precisa y exacta. Esta ley gobierna este universo recíproco en el que vivimos. Acuerda en tu interior lo que quieres y lo recibirás en el mundo exterior.
La Ley de la Atracción dice que lo semejante atrae a lo semejante y cuando tú piensas y sientes lo que quieres atraer hacia ti, la ley usará a la gente, circunstancias y acontecimientos, para magnetizar hacia ti lo que deseas y magnetizarte a ti hacia ello.
La más importante actuación que tienes que hacer es el trabajo en tu interior. Cuando esté hecho, serás movido en el mundo exterior para recibir lo que has pedido. Si alguien dice que se necesita acción para conseguir que ello ocurra, entonces esa persona no cree, y creer es esencial[127].

Introducción
Seis pasos para activar
la Ley de la Atracción en tu vida

• Define qué quieres hacer o tener. Sé lo más preciso posible.
• Escríbelo, habla sobre ello.
• Sigue diariamente los siguientes pasos:

PASO 1. Al levantarte, dedica 5 minutos a enfocarte en tu deseo.

PASO 2. Usa imágenes externas para representar tus deseos. Recorta frases e imágenes que estén relacionadas con tus deseos y archívalas en una carpeta. Utiliza tu creatividad. Repítete a ti mismo: esto es mío ahora, esto es lo que soy ahora.

PASO 3. Presta atención a todas aquellas respuestas emocionales que te impiden obtener lo que deseas. Recuerda que tus sentimientos reflejan tu realidad actual.

PASO 4. Ten una actitud de gratitud. Es importante que en todo momento te enfoques en lo que tienes y agradezcas por ello.

PASO 5. Ponle acción a tus deseos. Por ejemplo si deseas un coche, aprende a conducir, sacando tu carné.

PASO 6. Si comienzas a ver que todo empieza a mejorar, reconoce que está pasando. Por ejemplo, si te aprobaron el crédito para comprar el coche, reconoce que la Ley de Atracción está funcionando. En la medida en que más la reconozcas, en esa medida lograrás tus objetivos.

Algunos de los principios del éxito

PRINCIPIO 1. El individuo debe asumir el 100% de la responsabilidad de su vida y sus resultados, lo que significa que no hay nadie más culpable de lo que te suceda que tú mismo. Para lograr asumir esa responsabilidad nos aconseja vigilar nuestro comportamiento, esencialmente lo que dices y cómo; lo que piensas y tus creencias conscientes e inconscientes; y tu imagen visual.
Hay que eliminar de nuestro comportamiento diario el hábito de las excusas y el de siempre buscar culpables de nuestros fracasos y errores, fuera de uno mismo. Si te rodeas de personas negativas terminarás siendo igual que ellas, debes contemplarte en el éxito y para ello debes ser creativo, producir resultados y no esperar que las cosas sucedan sin que hayas realizado ningún esfuerzo.

PRINCIPIO 2. Ten claro por qué estás aquí (aclara tu propósito). Hay personas que viven sin objetivos, sin metas, sin propósitos en la vida, que buscan a otros como responsables de sus desgracias pero que no han hecho absolutamente nada para alcanzar siquiera una meta que se hayan trazado.

PRINCIPIO 3. Decide lo que quieres. El primer paso necesario para conseguir algo en la vida.
Hay una manera específica para pedir y conseguir lo que deseas o necesitas en la vida. Aquí te presento algunos rápidos mensajes para que empieces:

1. **Pide como si esperaras conseguirlo**. Pregunta con expectación positiva. Pregunta como si esperaras recibir un "sí".
2. **Asume que tú puedes y tienes derecho**. Nunca asumas nada contra ti mismo.
3. **Pide a alguien que pueda darte lo que deseas.**
4. **Sé claro y específico**. Debes pedir siempre algo concreto.
5. **Pide repetidamente**. Los niños saben esto mejor que nadie. Nunca se cansan de pedir.

Recuerda: cualquier cosa es posible… si te atreves a pedirla.

PRINCIPIO 4. **Creer en ti mismo**. Dice Canfield que a la mente humana le afloran unos 50 000 pensamientos al día, y para tener éxito hay que desarrollar la capacidad de sustituir los pensamientos negativos por pensamientos positivos, ya que si permites que los negativos te abrumen, el éxito se vuelve inalcanzable.

PRINCIPIO 5. **Enfócate solo en los resultados que deseas**. Siempre mantén una expectativa positiva de lograr lo mejor.

PRINCIPIO 6. **Crea relaciones de éxito**.

PRINCIPIO 11. **Ve lo que quieres, consigue lo que ves**. Quiero decir que la visualización –o el acto de crear en tu mente imágenes vívidas y precisas de lo que quieres– puede ser la mejor herramienta de éxito, porque acelera enormemente la consecución de cualquier éxito.
PRINCIPIO 26. Reconoce tu pasado positivo. Investiga tu pasado para encontrar desafíos y éxitos para aplicarlos ahora.

PRINCIPIO 39. Mantente enfocado en tu genio esencial.
La gente de éxito sabe qué es lo que hace mejor y se dirige hacia conseguir ser lo mejor en eso.

(He dejado fuera unos cuantos por no alargarme demasiado).

Cómo hacerse rico

1. Decide serlo.
2. Visualízalo. Visualízate siendo ya rico. Siéntete rico, escúchate siendo rico. Huélelo, saboréalo, vívelo.
3. Sensación de poder que da la tranquilidad de una vida mejor.
4. Tu pensamiento es como un imán.
5. Leer libros de cómo hacerse rico (N. Hill, por ejemplo). Asiste a conferencias y seminarios (A. Robbins, por ej.).
6. Relaciónate.
7. Empieza ahora mismo.

El método de Joe Vitale

Lo expone básicamente en su libro *Mercadotecnia espiritual*, en *Atractor Factor*, *Attract money now*, y en *Pasos para atraer la abundancia*, entre otros. Resumiendo un poco sería lo siguiente:

PASO UNO: Sepas lo que no quieres.
PASO DOS: Escoge lo que quisieras tener, hacer o ser.
PASO TRES: Claridad.

He aquí algunas de sus 20 creencias contraproducentes principales

- No merezco ser amado.
- No importa lo que haga, debería estar haciendootra cosa.
- Si todavía no ha ocurrido, nunca ocurrirá.
- Si supieras cómo soy en realidad, no me querrías.
- No sé lo que quiero.
- Hago enojar a la gente.
- Mejor deja de desear; si te emocionas, saldrás lastimado.
- Si fracaso debo sentirme muy mal por mucho tiempo y estar muy asustado como para intentarlo de nuevo.

La fórmula de los siete peldaños para atraer dinero a tu vida

- Cambia tu forma de pensar.
- Da sin esperar a cambio.
- No seas tacaño en el gasto.
- Pide ayuda cuando la necesites.
- Visualiza[128] con fe tus objetivos.
- Piensa como un emprendedor.
- Ayuda a tu comunidad y a tu mundo.

Pasos para entrar en acción

- Trabaja para llegar a ser un imán mental para eldinero, leyendo libros, escuchando discos y todo aquello que te lleve a aprender a prosperar.
- Da dinero semanalmente en donde recibas inspiración.
- Compra cosas que te exciten pero sin caer en deudas.
- Haz plegarias para obtener guía y pide a otros ayuda.
- Imagínate atrayendo dinero ahora y qué te hace sentir ser rico.
- Escucha quejas y busca convertirlas en productos y servicios.
- La única cosa que hay que hacer que te llevará a más dinero.
- Hazte voluntario de alguna causa en que creas.

Siete formas de atraer dinero

1. Dona. Porque cuanto más das más recibes.
2. Aclárate con tus creencias limitantes y el dinero irá a ti.
3. Actúa. El dinero no viene si no haces algo para atraerlo.
4. Apoya una buena causa en la que te sientas identificado.
5. Consigue apoyos para lograr tus metas más fácilmente.
6. Sé agradecido por lo que tienes y atraerás más.
7. Haz lo que amas o ama lo que haces. Eso atrae riquezas.

El método de John Assaraf
(Película El Secreto)

Lo expone en sus libros: *The street kid's guide to having it all* y en *The vision board.*

La Gran Ley es que sólo existe energía

Cada una de las 7 leyes naturales es un corolario de una más grande y suprema ley.
Todo es energía. En otras palabras, nosotros vivimos en una especie de sopa de energía.

LAS SIETE LEYES NATURALES QUE CAMBIARÁN TU VIDA

1. La Ley de la Vibración y la Atracción

Cada cosa en nuestro universo vibra y se mueve constantemente. Ahora que entiendes que todo es energía, es tiempo de poner en buen uso ese conocimiento ¡en tu vida! Tanto los aspectos no-físicos como los físicos de nuestro universo esta hechos de energía e inteligencia que vibran. Nada descansa. La diferencia entre lo no-físico y lo físico reside en el tipo de vibración.
Cuando digo que todo es energía también hablo de tus pensamientos y sentimientos. Por eso algunos dicen que “los pensamientos son cosas”. Lo son.

2. La Ley de la Polaridad

Cada cosa en el universo tiene su oponente igual y exacto.
En la filosofía oriental la ley de la polaridad está referida al yin y al yang. Es una de las más simples leyes respecto a su comprensión. Si algo esta caliente, por ejemplo, entonces existe una polaridad opuesta que debe estar, por ley, igualmente fría. El éxito en la vida pude crecer grandemente si se recuerda siempre esta ley cuando enfrentamos un desafío enorme. Nuestra percepción inicial puede ser que las circunstancias son negativas, pero de acuerdo a esta ley, debe haber una oportunidad igual positiva, inherente en ese desafío.
Cuanto más rápido aprendamos a buscar las oportunidades, más pronto cambiará nuestra energía.

3. La Ley del Ritmo

Todo se está moviendo a un perfecto ritmo y a una velocidad perfecta. Esta otra ley es fácil de entender, y es difícil lograr la maestría en ella. Nada de lo que tú deseas debe ir contra la corriente.
Si puedes aceptar esa sola frase, entonces conseguirás todo lo que deseas en la vida con menos de esfuerzo y mucho antes.

4. La Ley de la Relatividad

Todo es relativo. Hemos estado condicionados a pensar que manifestar grandes resultados debe significar hacer grandes esfuerzos.
¿Es así? Mi punto de vista es que hasta que tú no comparas o relacionas la cosa en cuestión con alguna otra cosa más, no puedes responder. Tu realmente no puedes definir algo sin tener algo más con qué relacionarlo, algo con lo cual compararlo.
Mira las cosas "solo como son" sin juicios, y nunca sucumbirás al sentimiento de no tener suficiente o no ser suficiente.
El Universo no considera demasiado grande ni demasiado pequeño a ningún deseo que tú tengas. El Universo está preparado para enviarte cualquier cosa que se te ocurra querer, ya sea grande o pequeña.

5. La Ley de Causa y Efecto

Para cada causa existe un efecto y para cada efecto hay una causa. Cada acto que realizamos tendrá un efecto. Si envías buenos pensamientos, te viene lo bueno. Si das amor, el amor te vuelve. Si das dinero, el dinero fluye de vuelta hacia ti.
Debes ser más y dar más para tener más. Lograr lo que deseas requiere que hagas un esfuerzo y te focalices, pero ese esfuerzo puede ser tan simple como mirar un grupo de fotos.

6. La Ley del Género

Ambos, macho y hembra, son necesarios para la creación. Antes que nada, piensa en la conversación de dar y recibir. Es la perfecta ilustración de la Ley del Género. En este intercambio surgen nuevas ideas, se hacen nuevos planes, se forman nuevos arreglos.
Estas dos energías complementarias –dar y recibir– dan lugar a una nueva creación. Todas las cosas nuevas resultan del cambio de algo que "fue" en algo que ahora "es". Puedes encontrar reconfortante esto, pues significa que la creación es simplemente un tema de energías que cambian.

7. La Ley de la Perpetua Transmutación de la Energía

La energía esta siempre en movimiento dentro y fuera de diferentes maneras. De acuerdo a la Gran Ley y su primer corolario, la Ley de Atracción y Vibración, todo el universo está hecho de energía y todo él se está moviendo a velocidades que varían.
Todos los campos de energía están conectados. Desde el cuerpo físico que tú y yo podemos tocar, ver y sentir, hasta los rayos del sol, todo está conectado. Por lo tanto, tenemos este último corolario, la 7ª ley

natural. Toda energía está fluyendo constantemente desde una forma o vibración a otra forma o vibración. También se mueve desde un plano superior (el no físico) a un plano inferior (el físico).

EL TABLERO DE VISIÓN

Es una colección de imágenes que reacondicionarán tu cerebro y atraerán a tu vida cualquier cosa que desees.
Puedes crear un tablero de visión para ayudarte a adquirir éxito de tantas maneras como tú lo definas en palabras o imágenes.

- tu salud,
- tus relaciones,
- tu riqueza,
- tus objetivos profesionales,
- todos los aspectos de tu vida.

Ingrediente básicos

Hay 8 ingredientes básicos que figuran en el proceso de hacer un tablero de visión y usarlo para llevar a cabo tus sueños:

1. Objetivos y sueños,
2. Intención,
3. Visualización,
4. Creencias,
5. Afirmaciones,
6. Meditación,
7. Acción positiva,
8. Gratitud.

El método de Ramtha – J. Z. Knight

Judy Zebra Knight (nacida Judith Darlene Hampton en 1946 es conocida como J. Z. Knight, es una maestra metafísica y autora y reputada canalizadora de una entidad espiritual llamada Ramtha
Knight reivindica el antiguo puente de la sabiduría y el poder de la conciencia junto con los últimos descubrimientos de la ciencia.
Algunas de las ideas son similares a las de la actriz Shirley MacLaine, que ha sido criticada por ser “metafísica de guardería” por el escéptico matemático Martin Gardner. Las enseñanzas de Ramtha han sido además criticadas por científicos de todo el mundo.

La organización que inspira se llama Escuela Ramtha de Iluminación (Ramtha School Enlightenment).
De su *Libro azul,* copio:

"Ramtha es una inteligencia extraordinaria de profunda sabiduría y amor. Es canalizada a través de una mujer llamada J. Z. Knight, que le permite usar su cuerpo para transmitir su mensaje a la Humanidad. A través del cuerpo de J. Z. Knight, Ramtha ha dado cientos de audiencias por todo el mundo desde 1978. RAMTHA es una colección de transcripciones extraídas de las grabaciones de estas audiencias".
Según reza la presentadora de sí misma: "Dos años de estudios científicos por discípulos independientes en 1997 apuntan a que Ramtha es un decidido fenómeno no localizado (non local)".
No obstante hay que saber que a esa organización-secta religiosa (Escuela Original de Conocimiento y Energía) pertenece el destacado neurólogo Joe Dispenza, el físico cuántico Amit Goswami y el científico Fred Alan Wolf, entre otros que aparecen en la película *El Secreto* y en *What the Bleep Do We Know!?*
Esta última es un reportaje sobre la ciencia que no ha gustado mucho a los escépticos, ni a muchos otros científicos del mundo, que la tachan de falsear la verdadera ciencia y de contener demasiada pseudociencia.
Es cierto que apreciamos muchos de esos fallos en ambas películas, pero no es menos cierto que la hondura de pensamiento y argumental de Dispenza, Goswami o Wolf, que se aprecian en sus publicaciones personales, son indiscutibles. El problema radica más bien, creo yo, en que lo que disgusta a ciertos científi-cos escépticos (que no todos lo son) es que se metan en sus terrenos, gentes y temas ajenos a ellos.
En este caso, lo que quisieran decir o dicen de alguna u otra manera, sería: «¿¡Qué narices (What the bleep!) hacen aquí estas 'chorradas' y estos tíos!? ¡Las leyes de la Naturaleza son cosas más serias, la Física Cuántica es algo que hemos descubierto nosotros los científicos, y es algo que no tiene nada que ver con la bobada esa de la supuesta ley de la atracción, la mala o la **buena suerte** y todo eso! ¡Ya está bien de meterse en corral ajeno!».
Personalmente, puesto que no me resultan nada digeribles los libros de Ramtha, ni me convence demasiado la señora JZ Knight, además de que no acabo de saber cuál ha sido su método para su éxito y **buena suerte** –porque ni siquiera en su libro *Independencia financiera,* lo explica claramente–, como no sea la que le proporcionan sus enseñanzas y cursos, te dejo, amigo lector, aquí con ella: www.ramtha.com, y yo sigo, no sin antes copiarte una frase de su libro *Líneas de tiempo, el poder de cambiar nuestro destino*:
"Cuando nuestro espíritu puede permanecer en el cuarto plano, cuando le liberamos para que vaya allí, entonces con su vibración

(como un diapasón que vibra hasta la base del mango, que es el cuerpo) le trae al cuerpo todos los frutos de su exploración: curación, una recuperación milagrosa, la manifestación de cualquier cosa que el cuerpo necesite, tus deseos, una intensificación de la realidad, porque tú estás en la parte superior del diapasón, tú eres el que está haciendo resonar el pensamiento en el plano elevado y éste está bajando hasta aquí, hasta el cuerpo". Y otras de *Ese elixir llamado amor,* que quizá tengan algo más que ver con lo nuestro:
"El observador es responsable de colapsar la función de probabilidad de la onda en una realidad de partículas" y...
"El acto de observación hace que las células nerviosas se disparen y produzcan pensamientos".
También habla de los 7 niveles de consciencia y energía, así como de biología celular y su conexión con el pensamiento.
"Consciencia y energía siempre están creando la realidad".

El método de Joe Dispenza

El Dr. Joe Dispenza es neurólogo y bioquímico y autor de *Desarrolle su mente*. Y es quizá, por desgracia, el más vilipendiado de cuantos personajes están pasando por aquí, por parte de los escépticos que lo tratan de mercanchifle por manifestar expresiones como: "genéticamente somos lo que pensamos" y otras[129]
Dice que "el cerebro humano es un órgano de colosal plasticidad, y hoy estamos aprendiendo a estimularlo, enriquecerlo y desplegarlo. Y no sólo en sus capacidades intelectivas, sino también en las emocionales. Y en las bioquímicas: podemos aprender a modularlo para producir duchas hormonales que te refuercen el sistema inmunológico.
¿Consistirá la medicina del futuro en ese autocontrol de los recursos de la mente sobre la materia, sobre el propio cuerpo, y a eso le llamaremos salud?".
Dispenza se dedica al desarrollo del cerebro y la autoconciencia, como explica en el libro y película titulados *¿¡Y tú qué sabes...!?,* y también en una charla en el colegio mayor Sant Jordi de la Universitat de Barcelona, organizado por L'Ambar y el Cineforum Spiritual Vision.
De una de sus entrevista entresaco lo siguiente:

– ¿Qué es una remisión espontánea?
La respuesta en este caso sería:
– La súbita reversión de una enfermedad: el enfermo sana de una dolencia sin explicación médica convincente.
– ¿Se dan a menudo curaciones de este tipo?
– Sí se dan. Yo he presenciado casos espectaculares. Y tengo una

buena noticia: podrían darse más a menudo.

– ¿Por qué?

– He estudiado a muchas personas que experimentaron asombrosas remisiones de graves enfermedades... y he constatado en ellas ciertos aspectos comunes.

– ¿Cosas que podemos aplicarnos todos, entonces?

– ¡O intentarlo, al menos! Porque esas remisiones no fueron tan espontáneas...

– Le escucho: ¿qué había en común entre esas personas?

– Todas aceptaron que sus modos de pensar y sentir ("he estado enfadado, odiando, envidiando..."), sus actitudes vitales en suma, les habían ocasionado desequilibrios y disfunciones, les habían dañado la salud.

– ¡Ah!, eso no es nada fácil de aceptar...

– Pero se puede. Y uno puede buscar tiempo para empezar a ejercitarse en crear pensamientos grandes y felices: ¡eso está comprobado que estimula el sistema inmunológico, que estimula una neuroquímica salutífera!

– ¿Qué más hicieron esas personas?

– Empezaron a formularse preguntas importantes: ¿a qué persona o gran personaje admiro?, ¿a quién conozco que sea feliz, para ser igual?, ¿qué debo cambiar en mí para vivir con alegría?

– ¿Basta con pensar en eso?

– Es que, además, se concentraron en pensar en la nueva persona que querían ser. ¡Y eso genera ya redes neuronales nuevas!

– ¿Estaban ya cambiando, mejorando?

– Sin duda. Pero había algo más: todos aceptaron que la inteligencia de la vida, la inteligencia universal latía en ellos, y que podían reconectarse a ella.

– Suena ya demasiado místico, abstracto...

– ¡Es de una lógica radical! Mira: cada segundo pierdes diez millones de células... ¡Ahora mismo! ¿Estabas pensando en hacerlo?

– No.

– Hay un montón de células que deciden nacer y morir a cada segundo del día y de la noche, que deciden mantener tu corazón latiendo, todos tus órganos funcionando... ¿Controla todo esto tu inteligencia racional?

– No.

– ¡Pues esa es la activa inteligencia de la vida a la que me refería!

– ¿Ves? La aceptas: puedes conectarte, encajarte en ella.

– ¿Y cómo lograr encajarme en ella?

– Hoy sabemos que la meditación es muy eficaz...

Y hay algo que yo practico: cada mañana, al levantarme, pienso en quién quiero ser, escojo qué quiero para ese día, para mi vida, qué

ideales persigo... ¡y todo eso lo siento dentro de mí como si ya fuese real!

– ¿Y qué sucede, señor Dispenza?

– ¡Que vivo días asombrosos! Y que vivo todos los días como si lo fuesen.

– ¿Está sugiriéndome que puedo crear mi realidad?

– Todas las personas que hicieron algo grande fueron personas que vivieron en una visión, en una realidad en la que creían. Y, de este modo, la crearon.

– Eso no es muy científico.

– En tal caso, las partículas elementales tampoco son muy científicas...

– ¿Por qué lo dice?

–¡Porque se comportan contrariando las leyes de la física mecánica! Para empezar: donde todo parece sólido, ¿qué hay?

– ¿Qué hay?

– ¡Abismos de vacío.

– Muy poético.
– No, no, es mera realidad: en el átomo, entre los electrones y el núcleo, hay inmensidades de vacío; y entre protones neutrones del núcleo del átomo, hay más inmensidades de vacío... O sea, los ladrillos de la materia... están vacíos.
¡La materia es mero vacío!
– ¿Alguna otra enseñanza de física cuántica que quiera transmitirme?
– Que mente y materia no están separadas. Los humanos, pues, podemos usar la mente subjetiva para influir en el mundo objetivo.
– No es poco trabajo...
– ¡De hecho, lo hemos hecho durante siglos sin darnos cuenta!
– ¡Ah!, **¿sí?**, **¿cómo?**
– Al rezar.
– ¿Propone que recemos?
– Orar es esto: cerrar los ojos y pensar. Y para eso no se necesita a Alá, Yahvé, Dios ni nada de eso: se basta uno. Esto es lo que propongo: ¡experimenta! Haz de tu vida tu propio experimento científico.
– Despidámonos con algún ejemplo de experimento.
– Una vez tomé a dos personas: una estiraba con un dedo un cordel durante una hora al día, durante cinco días a la semana, durante cuatro semanas. Su dedo ganó un 30% más de fuerza. La segunda persona hizo lo mismo... pero solo mentalmente.
– ¿Y?
– ¡Su dedo ganó un 22% más de fuerza!
– ¿Sin tocar el cordel?
– Sin tocar el cordel.
– Vaya...
– Lo físico es metáfora de lo psíquico. Está todo imbricado, en el fondo lo mismo. Insisto: ¡experimenta! Enriquece tu vida con experiencias nuevas. Créalas en tu cerebro. Crea realidad con tu mente, y verifícala luego en tu entorno. Serás creador ¡Todos lo somos! Basta con conectar con esa inteligencia cósmica.

El Dr. Joe Dispenza en la película *What the Bleep! Do We Know!?* dice: "La Paz se construye todos los días. Comienza por casa, continúa en el trabajo. Sé consecuente, pacífico y servicial. Mantén una sonrisa amable y una actitud dispuesta para los demás".
Aquí incluye su conocida disciplina del "**Crea tu Día**" que Ramtha ya enseñaba en los años 80 del siglo XX.

YO CREO MI DÍA

La sección más frecuentemente comentada de la película *What The*

Bleep! Do We Know!? es sobre los comentarios del Dr. Joe Dispenza acerca de cómo crea su día:

> «Me despierto por la mañana y conscientemente creo mi día en la forma que quiero que acontezca. Algunas veces, dado que mi mente está examinando todas las cosas que necesito realizar, me toma un poco de tiempo centrarme e ir al punto donde estoy actualmente creando mi día con intención.
> Cuando yo creo mi día, surgiendo de la nada, pequeñas cosas ocurren que son inexplicables y sé que son el proceso o el resultado de mi creación.
> Cuanto más hago esto, construyo una red neuronal en mi cerebro y acepto que eso es posible.
> Me da el poder y el incentivo para hacerlo al día siguiente».
> «Si estuviéramos diseñando conscientemente nuestro destino, si fuéramos conscientes desde un punto de vista espiritual, consideraríamos la idea de que nuestros pensamientos pueden afectar nuestra realidad o nuestra vida, porque realidad es igual a vida. Entonces, yo tengo este pequeño pacto que hago cuando creo mi día.
> "Digo... me estoy tomando este tiempo para crear mi día, y estoy inundando el Campo Cuántico".
> Ahora, si este es de hecho el observador mirándome todo el tiempo mientras hago esto y hay un aspecto espiritual en ello, solicito una pista hoy, de que prestaste atención a algunas de estas cosas que he creado y tráelas en forma inesperada.
> Estoy tan sorprendido ante mi capacidad de ser capaz de experimentar estas cosas y de hacerlo de forma que no tengo dudas de que viene de ti. Y así, yo vivo mi vida, durante todo el día, pensando en que soy un genio, pensando que soy la gloria, el poder de Dios o pensando que Soy Amor Incondicional».
> "Usaré la Intención de vivir como un genio".
> Mientras lo hago, durante el día, tendré pensamientos que provienen de la nada, tan sorprendentes, que causan escalofríos en mi cuerpo físico.
> Recuerdo que ese pensamiento tiene una energía asociada que ha producido un efecto en mi cuerpo físico.
> Esta es una experiencia subjetiva, pero es que yo no pienso eso, creo mi día con pensamiento ilimitado, y ese pensamiento vendrá».

El método de David Cameron Gikandi

Todo lo que necesitas para ser
extremadamente rico y feliz
está dentro de ti y nada fuera de ti
te puede detener.
GIKANDI

David Cameron Gikandi es keniata pero residente en Australia, donde reside también Rhonda Byrne. No aparece en la película *El Secreto* como actor, sino como consultor creativo. Es un emprendedor y agudo estratega en negocios y enseña a cómo crear en la vida tus sueños y más allá. Es autor de libros de riqueza y autoayuda, concretamente el más conocido es *Un feliz bolsillo lleno de dinero.*
Dice allí: «Esta es la tríada del cómo tener lo que sea que te guste:

pide y siempre te será dado, **busca** y siempre encontrarás, **golpea** y se te abrirá. Pero la tríada tiene un **catalizador** que debe estar siempre presente para que esto funcione: **creencia**, porque esta hace posibles todas las cosas. No hay promesas vacías. No hay recompensas únicamente para la gente buena. Es la forma en que el Universo funciona sin falla ni excepción. **La tríada y el catalizador** se pueden expresar de la siguiente manera: Desea y ten la intención y siempre lo tendrás. Busca la verdad y el conocimiento y siempre conocerás lo que buscas conocer. No hay límites reales para tu crecimiento ya que eres más que bienvenido para experimentar cualquier elección que hagas. Aun así, tienes que tener certeza de que esas declaraciones son verdaderas, porque si no lo fueran o si fueran parcialmente verdad o selectivamente verdad, eso es justo lo que obtendrás.
Cuando estés en duda, actúa para hacerlo creíble. La persistencia, literalmente, rinde frutos.
El no saber claramente lo que uno quiere es una de las mayores causas de duda y descreimiento».

PASO 1: Pide
¿Cómo pedir? No tienes que dirigir tu petición a alguien, ni tan siquiera a ninguna deidad. La petición es simplemente tu deseo y cómo te sientes acerca de él.
Es automático y natural. Todo lo que tienes que hacer es ser claro en lo que quieres, tan claro como quieres que sea. No te preocupes de cómo conseguirás lo que deseas. El camino te aparecerá automáticamente. Sé claro solamente en el resultado final que deseas, no necesariamente en el camino para conseguirlo. Imagina que ya ha sucedido.

PASO 2: El Universo responde
No necesitas saber cómo funcionan las cosas. En la naturaleza hay multitud de cosas que sabemos que funcionan, aunque no cómo, y las usamos sin saber apenas nada de ellas.

PASO 3: Recibe
Ponte en disposición de recibir lo que has pedido. La Física Cuántica es el primer paso de un increíble despertar que estás a punto de iniciar. No sólo vas a entender de qué está construido todo lo que te rodea, sino que también vas a comprender cómo tus creencias y pensamientos crean la materia, cómo cosecha lo que siembras e incluso cómo es que “antes de que lo pidas ya se te ha concedido”.

¿Que es la Física Cuántica? Es el estudio de los bloques básicos en que está construido el Universo. Por ejemplo, tu cuerpo está

constituido por células. Las células a su vez, están hechas de moléculas, las cuales están compuestas por átomos, que a su vez están hechos de partículas subatómicas, tales como los electrones. Este es el mundo de la Física Cuántica.
Todo está hecho de "grandes grupos" de partículas subatómicas. Tu cuerpo, un árbol, los pensamientos, un vehículo, un planeta; la luz y todo lo demás son **concentraciones** de energía. Todos ellos son grandes conjuntos de aproximadamente las mismas partículas subatómicas. La única diferencia está en la manera en que estas partículas se agrupan en bloques cada vez mayores. La clave para recrearte a ti mismo y al mundo que te rodea es saber cómo funcionan.
Para hablar correctamente, una partícula subatómica no es en realidad una partícula en el sentido en que un grano de arena lo es. Mientras que los átomos y grandes partículas son objetos, o cosas, las partículas subatómicas no son objetos de ese tipo. Son "probabilidades" de existencia y al mismo tiempo "existencias múltiples". También son ondas y partículas al mismo tiempo.
Al final del capítulo podrás ver qué significa todo esto. La Física Cuántica se pregunta qué son estas partículas subatómicas y cómo actúan. Bueno, las partículas subatómicas son paquetes de energía también llamados "quanta"[130]. Todo en el universo está hecho de energía y esos paquetes se comportan ¡de la manera más increíble! ¡Están bajo nuestras órdenes! La razón por la cual se podrían agrupar en forma de un barco de lujo, por ejemplo, está en nuestro pensamiento individual y colectivo. ¿Comienzas a ver el vínculo entre la física cuántica y la riqueza? Hasta aquí puede ser que hayas venido diseñando tu vida al azar e inconscientemente.
La energía son las partículas subatómicas que a su vez constituyen los átomos y finalmente la materia. Esta energía existe como ondas esparcidas por el espacio y el tiempo. Solamente cuando se realiza una observación, las ondas se convierten en un evento localizado en el espacio tiempo, una partícula en un "tiempo" y un "lugar" específicos. En cuanto retiras la **observación, se convierten nuevamente en ondas**.
Por lo tanto, como ves, tu observación, tu atención a algo y tu **intención**, literalmente crea esa cosa como un evento en el espacio tiempo. Esto es científico. En otros capítulos veremos cómo el enfoque, la concentración y el cuidado de la atención, la **intención y el pensamiento crean exactamente tu realidad**.
Cuando miras una película y ves una persona que pasa caminando suavemente, en realidad es un rollo de película que gira a 24 imágenes por segundo.
El acto de nuestra observación los convierte en una partícula "física"

en un punto específico del espacio y del tiempo y una vez que retiramos la atención, se convierten nuevamente en probabilidades.
El hecho de que la silla "esté ahí" es el resultado de nuestra observación de que está ahí y decidiendo que esté ahí. No es una existencia totalmente independiente.
Ningún tipo de materia existe completamente independiente del observador. El acto de observación hace que la probabilidad se vuelva una cosa definida y convierte en nulas todas las otras posibilidades de estar en cualquier otro lugar del mismo mundo. Los físicos también descubrieron que las partículas cuánticas toman decisiones.
Están propulsadas por la inteligencia. No solo eso, también saben, instantáneamente, qué decisiones han tomado las otras partículas, ¡en cualquier parte del Universo! Este sincronismo a través del espacio y el tiempo es instantáneo: se "comunican" sin mediar ningún tiempo ni atravesar ningún espacio. En efecto, también se mueven instantáneamente sin tener que atravesar el espacio o tomar tiempo. Pueden ir desde el punto A al punto B sin tener que cruzar el espacio entre medio; y los puntos A y B pueden estar en diferentes tiempos. Recuerda que las partículas cuánticas no son partículas en el sentido que usualmente se le da a la palabra cuando uno piensa en una partícula. No son "cosas" que están en un "lugar" particular y en un "instante", están esparcidas por el tiempo y el espacio.
Piensa cuidadosamente sobre este tema. Piensa sobre el hecho de que todo lo que ven tus ojos está hecho de estas increíbles partículas que están bajo tu control. Piensa sobre los hechos científicos que prueban ahora que tú estás en la causa o causa compartida, para todo lo que te rodea, que nada de lo que observas puede existir sin tu observación. Todo lo que necesitas hacer es elegir lo que quieres observar, elegirlo con certeza y consistencia y esto causará que el campo de energía se materialice en esa cosa en el "tiempo", dependiendo de tu claridad, enfoque y certeza.
Los científicos han descubierto que aun en los más estrictos experimentos de doble aislamiento, sus expectativas todavía influían en los resultados, concluyendo que es imposible llevar a cabo un experimento donde haya influencia por parte del observador.
El Universo es literalmente tu cuerpo extendido sin límites de espacio ni tiempo. La ciencia ha probado también que la mente no tiene límites. **Todas las mentes están "conectadas" a un solo campo mental.** Tú eres más grande y poderoso de lo que piensas.
Entonces, deja de sudar por las pequeñeces.
Tú ya tienes todo. Tú ya tienes toda la riqueza más allá de tus sueños más fantásticos. La tienes. Puede ser que no la estés viviendo en este momento, pero la tienes. Tener y experimentar son cosas distintas.
Sin embargo, tu deseo de encontrarlas, ha causado que aparezcan en

tus manos. En verdad, siempre existieron. No necesitas predecir exactamente cómo van a funcionar las cosas, todo lo que tienes que hacer es desear, tener la intención y saber que es posible y todo se arreglará para que te lleguen.
Muchos físicos que trabajan con partículas subatómicas están descubriendo varias cosas interesantes acerca del Universo. Por ejemplo, han encontrado que dos partículas separadas por el tiempo y el espacio pueden estar "invisiblemente vinculadas" entre sí y actuar en sincronía.

Capítulo VII

MÉTODOS PARA CONSEGUIR LA BUENA
SUERTE BASADOS EN LA MENTE Y LA ACCIÓN II

Personajes que no aparecen en la película El Secreto

El método de Prentice Mulford

Cada uno de tus pensamientos
es un objeto real: una fuerza.

Si empezamos por el veterano de los autores que hablan sobre el secreto de la **buena suerte**, Prentice Mulford (1834-1891), tenemos que nos dice ya aquello tan repetido posteriormente de que "**Los pensamientos son cosas**".

* * *

Algo más tarde, Andrew Carnegie[131] que, para conocer sus enseñanzas hay que ir a la transcripción que de ellas hizo el periodista e investigador Napoleon Hill (1883-1970), ya que Carnegie, al igual que el filósofo Sócrates dejara en manos de Platón sus enseñanzas, dejó él mismo su sabiduría de éxito y negocios al entonces joven periodista Hill, que cumplió fielmente el encargo de Carnegie y nos legó la que quizá sea la obra más importante en el tratamiento de *El Secreto de la **buena suerte***.
Es de Carnegie y Hill de donde se han nutrido básicamente un gran porcentaje de todos los autores que han tratado este secreto de la **buena suerte**.
Así lo hizo Jerry Hicks que, en el prólogo a la obra de su mujer, Esther Hicks, *El increíble poder de las emociones,* nos revela que desde 1965 utilizaba el *Piense y hágase rico,* de N. Hill y, al cabo de unos años de enseñar los principios del éxito de Hill se dio cuenta de que un buen

número de personas que estudiaron con él, no habían logrado ningún éxito. Se dio cuenta de que en las primeras páginas de su libro, Hill insta a sus lectores a que busquen el "secreto", y en 17 años de leer cientos de veces el libro no estaba seguro de saber cuál era ese secreto. Lo mismo les pasa a quienes lo leen hoy día. Ese secreto había sido censurado, pero no por Napoleon Hill, sino por la editorial. Se dio cuenta de ello cuando encontró un ejemplar más antiguo en donde, entre otras, la palabra «**vibración**» había sido tachada 37 veces.
La productora australiana que filmó *El Secreto*, de Rhonda Byrne, basándose en gran parte en las enseñanzas de Abraham (los Hicks) volvió a censurar sus contenidos. "De modo que resultó que el verdadero secreto que se escondía tras *El Secreto,* seguía siendo secreto".
De ahí que muy poca gente de la que ve la película o lee el libro, se entere verdaderamente de cómo hacerse rico o conseguir cosas. Esperemos que este mismo libro tampoco sea censurado.

El método de Andrew Carnegie – Napoleon Hill

Tú puedes hacerlo si crees que puedes.
Las personas obtienen aquello
sobre lo que sus mentes se fijan.
A. CARNEGIE

Cualquier cosa que la mente pueda
concebir y creer, también la puede
alcanzar, sin importar cuántas veces
pueda haber fracasado en el pasado.
"La imaginación es el milagro más
maravilloso y la fuerza más poderosa
del mundo, que jamás se haya conocido.
NAPOLEON HILL

Andrew Carnegie (1835-1919). Este empresario del acero le contó al entonces joven periodista Napoleon Hill cuál había sido el secreto de su éxito, que este describió, sin mencionarlo claramente, en su libro *Piense y hágase rico*. Su influencia fue grande en gran cantidad de emprendedores que bebieron de sus fuentes y que también tuvieron enorme éxito, como Henry Ford, F. W. Woolworth, George Eastman, W. M. Wrigley, Walt Disney, Og Mandino, Bill Gates y muchos otros. Es el secreto de Carnegie que Hill no acaba de revelar en su libro.
Sin embargo, en *The secret of Napoleon Hill,* **Joe Vitale** *(El Secreto)* nos revela que Andrew Carnegie desafió a Hill a descubrir los secretos de su éxito, y este se enfrascó durante 20 años de su vida en la búsqueda del mismo y, al final, Carnegie le confesó a Hill que la principal clave de su propio y asombroso éxito fue la **habilidad para manejar su**

propia mente. Le dijo a Hill: "Ya nunca más seré maldecido por la pobreza, porque tomé posesión de mi propia mente y esa mente me entrega cualquier cosa que deseo y mucho más de lo que necesito. Pero este poder de mi mente es universal, y está al alcance tanto del más humilde como del más grande".

Frases atribuidas a Carnegie

- El poder que determina tu éxito es el poder de tu mente. Esto quiere decir que los pensamientos son cosas.
- Todas las pautas que necesitas en la vida las tienes en tu imaginación. La imaginación es el taller de tu cabeza puede convertir la energía de tu mente en logros y riqueza.
- ¡El deseo es el impulso del pensamiento! Los impulsos del pensamiento son formas de energía.
- Cuando empiezas a acumular dinero con el impulso del pensamiento y el deseo, estás poniendo a tu servicio el mismo 'material' que la naturaleza empleó para crear este planeta y todas las formas materiales del universo, incluido el cuerpo y el cerebro, en los que los impulsos del pensamiento funcionan.
- Cuando tienes un sueño, el Universo conspira[132], como siempre lo hace, para dejarte experimentar tu imaginación.
- El Universo siempre deja que tú vivas tu imaginación no importa lo que sea.
- La Biblia dice: 'así como un hombre piensa, así un hombre es'.
- También dice: 'sin visión nosotros pereceremos'.
- Tus ideas, visiones y sueños, cualesquiera que sean, son las profecías de lo que algún día te convertirás y alcanzarás.
- Tus imágenes mentales son literalmente el *blueprint* (diseño) de donde tu mundo será construido.
- Tú puedes predecir tu vida de mañana mirando tu ser interior hoy. Tú puedes cambiar tu mañana cambiando tu ser interno hoy.

Principios esenciales para que un negocio sea exitoso, así como para lograr cualquier objetivo en la vida

1. Determina la cantidad exacta de dinero que deseas. Sé concreto en cuanto a esa cantidad. No basta con decir quiero mucho dinero. **Hay que concretar una cantidad**.
2. Determina con exactitud lo que **te propones dar a cambio** del dinero que deseas (no se recibe algo por nada).
Determina que mercancía vas a vender o qué servicio vas a ofrecer.
3. Establece un **plazo determinado** en el que te propones poseer el dinero que deseas.
4. Crea un plan preciso para llevar a cabo tu deseo y empieza de

inmediato, sin que importe si te hallas preparado o no a poner el plan en acción.
5. Escribe un enunciado claro y conciso de la cantidad de dinero que te propones conseguir.
6. Lee tu memorando en voz alta dos veces al día, una antes de acostarte y otra antes de levantarte. Mientras lees, mira, siente y piénsate ya en posesión del dinero.

Un ganador nunca abandona
Uno que abandona nunca gana

La visualización de objetivos con repetición la descubrió Napoleon Hill cuando se puso a estudiar a los hombres más ricos de su época y a una multitud de fracasados, con la ayuda de Carnegie. Los ricos realizaban un ritual diario que los fracasados nunca realizaban. Éste consistía en –una vez determinados los objetivos y, clara y perfectamente definidos– realizar tres veces al día una visualización de dichos objetivos con la mayor cantidad posible de detalles y aplicándoles todos los sentidos, de manera que al hacerlo sintieran un gran entusiasmo y fe en conseguirlos.
La primera ley es prerrequisito para el éxito, en inglés es “Definite Chief Aim” y la hemos traducido por “Objetivo Principal definido”, algo así como tener claro lo que se quiere.

Las llaves del éxito. Los 17 principios

1. Precisión de los objetivos... con Actitud Mental Positiva
Tener un objetivo elevado, deseable, sobresaliente y mantenerlo siempre delante.
Definirlo con toda claridad.
Establecer una fecha para su consecución. Identificar ese deseo con un plan. Establecer lo que se va a dar a cambio.
Dos veces al día (mañana y noche) leer en voz alta esta declaración escrita:

VER, CREER Y SENTIRLO

2. Genio creador... con AMP
Establecer alianzas creadoras con otras mentes, para conseguir sus experiencias, conocimientos, consejos y cooperaciones.
3. Una personalidad agradable... con AMP
Desarrollar una personalidad agradable... para sí mismo y para los demás.
Desarrollar el hábito de ser sensible a sus propias reacciones ante individuos, circunstancias y acontecimientos y ante las reacciones que

tienen los demás a lo que usted dice, piensa o hace.

4. Fe aplicada… con AMP

La fe es un estado mental a través del cual, sus objetivos, deseos, planes y propósitos se pueden traducir a sus equivalentes físicos o financieros. La fe aplicada significa acción.

5. Recorrer un kilómetro más… con AMP

Dé más y mejor servicio de lo que le pagan y hágalo con una actitud mental positiva. Establecer el hábito de recorrer un km más por el placer que obtenga de ello, y por lo que hace por y para usted en lo más profundo de su interior. Seguir este principio le hará indispensable para otras personas.

6. Iniciativa personalidad… con AMP

Es el poder interior que inicia toda acción. Es el poder que inspira el fin de aquello que uno empieza. Es la dinamo que pone la facultad de la imaginación en acción.

Es la automotivación.

7. Una Actitud Mental Positiva (AMP)

Es el pensamiento o la acción o reacción correctas, honradas, constructivas ante cualquier persona, situación o serie de circunstancias que no violan las leyes de Dios o de otras personas.

8. Entusiasmo… con AMP

Es el primer ingrediente necesario para un individuo de éxito. Es una de las características de la AMP. Puede generarse de manera natural con los propios pensamientos, sensaciones y emociones y, sobre todo, a voluntad.

9. Autodisciplina… con AMP

Dominio de los pensamientos. Si los controla, controla sus actos. Pensar primero y actuar después. Dirija sus pensamientos, controle sus emociones, ordene su destino con AMP.

10. Exactitud de pensamiento… con AMP

Se basa en dos fundamentos básicos:

a). Razonamiento inductivo (basado en hechos o hipótesis desconocidos).

b). Razonamiento deductivo (basado en hechos comprobados).

11. Atención controlada… con AMP

Es el poder mental organizado. La forma más elevada de autodisciplina. Quien controla su propia mente puede controlar todo lo demás. Mantener la mente en las cosas que se quieren y alejada de las que no se quieren.

12. Trabajo en equipo… con AMP

Aquello que compartas se multiplicará. Aquello que retengas disminuirá.

13. Aprender de la derrota… con AMP
Toda adversidad transporta consigo la semilla de un beneficio equivalente o mayor para aquellos que tengan AMP y la apliquen.
14. Visión creadora… con AMP
El mayor bien del hombre es su mente pensante.
Analiza, compara, elige, crea, prevé y genera ideas.Lo que puede concebirse puede crearse con AMP.
15. Conservación de buena salud física y mental… con AMP
Eres una mente con un cuerpo. Mientras tu mente controle tu cuerpo, acepta que una buena salud física exige una actitud mental positiva, una conciencia de la salud.
¡Me siento saludable! ¡Me siento feliz! ¡Me siento estupendo!
16. Dedicación de tiempo y dinero… con AMP
Equilibrar inteligentemente tiempo y dinero. Ahorrar para invertir al menos el 10%.
17. Utilización de la fuerza del "hábito cósmico"… con AMP
Esta fuerza está vinculada a todo el universo y es la ley mediante la cual se mantiene el equilibrio del universo a través de patrones o hábitos establecidos.

Siembre y actúe, y recogerá un hábito. Siembre un hábito y recogerá una personalidad. Siembre una personalidad y recogerá un destino.

Un genio es un hombre o mujer que ha descubierto cómo incrementar la intensidad del pensamiento hasta el punto en que él o ella pueda comunicarse libremente con las fuentes de conocimiento que no están disponibles a través del conocimiento común.

¡La fe es el elixir externo que da vida, poder y acción al impulso del pensamiento!

¡La fe es el punto de arranque de toda la acumulación de riqueza!

¡La fe es la base de todos los milagros y de todos los misterios que no pueden analizarse por las reglas de la ciencia!

¡La fe es el único antídoto conocido contra el fracaso!

NAPOLEON HILL

El método de Og Mandino

Nada externo puede tener poder sobre mí.
WALT WHITMAN

Og (Agustine) Mandino (1923-1996) fue el autor italo-americano de obras de gran éxito, como *El vendedor más grande del mundo, El milagro más grande delmundo, Dueño de mis emociones, Una mejor manera de vivir, Secretos del éxito y la felicidad* y *Las 17 reglas del éxito*. De esta última, vamos a hacer el siguiente resumen:

REGLA NÚMERO 1

Hay que considerar lo bueno que uno tiene. Una vez que uno se da cuenta de lo valioso que es y de cuántas cosas positivas tiene a su favor, las sonrisas volverán, saldrá el sol, sonará la música...

Hagamos una nueva lista e intentemos asignar un valor monetario sólo a unas cuantas de las cosas buenas que hay en su vida, para que pueda darse cuenta de lo rico que es usted realmente y de cuántas cosas buenas tiene en su favor, aunque haya olvidado esto en su lucha diaria por sobrevivir.

¿Cuánto vale vivir en este gran país? ¿Cuánto vale ser empleado de la buena compañía en la que trabaja si esta mañana usted estuviera de pie en una fila de desempleados?

¿Cuánto vale su carrera si se da cuenta de que probablemente el 95% de la población mundial gustosamente daría diez años de su vida, o más, por tener la oportunidad que tiene? ¿Cuanto vale su libertad? ¿Y qué tal con sus seres queridos y los que le aman a usted?

¿Cuánto pediría por ellos?

¿Por los ojos? ¿Aceptaría un millón de dólares por sus ojos?

¿Y en el caso de las manos y los pies? ¿Cinco millones?; ¿diez?

Es usted realmente un ejemplar muy preciado, ¿verdad? En el caso de una confrontación definitiva probablemente usted no cambiaría lo que tiene en este preciso momento por todo el oro de Fort Knox.

REGLA NÚMERO 2

Hoy y todos los días, uno debe dar más de lo que le pagan por hacer. La victoria del éxito se habrá ganado a la mitad cuando uno aprenda *El Secreto* de dar más de lo que se espera en todo lo que uno hace. Hay que hacerse tan valioso en su trabajo que más adelante uno se vuelva indispensable. Uno debe ejercer su derecho de recorrer ese kilómetro adicional y disfrutar de todos los beneficios que recibirá. ¡Bien se los merece!

Si cada día hace más de lo que le pagan por hacer, en poco tiempo su patrón de vida cambiará para mejorar.

La manera más segura de condenarse uno mismo a una vida de fracaso y lágrimas consiste en hacer únicamente el trabajo por el que le pagan.

Cuando usted da más de lo que le pagan por dar, cada día, no sólo se promueve usted mismo, sino que, al ser indispensable, descubrirá, para su sorpresa, que en todo su alrededor hay nuevas oportunidades, y más adelante podrá asignarse su propio precio.

REGLA NÚMERO 3

Cada vez que se cometa un error o haya sido abatido por la vida, no

hay que quedarse demasiado tiempo pensando en ello. Los errores son la forma en que la vida le enseña a uno. La capacidad de cometer errores ocasionalmente es inseparable de la capacidad de lograr las propias metas.
Si se quiere tener éxito, hay que aprender a vivir con el fracaso. El fracaso nos proporciona más sabiduría que el éxito.
Los errores y las derrotas, son inevitables en esta vida rudimentaria; sin embargo, si dejamos que eso nos vuelva miedosos de tal manera que, cuando nos abaten, dudamos en volver a intentarlo, nos estamos condenando a una vida de arrepentimiento.

REGLA NÚMERO 4
Uno debe premiar siempre sus largas horas de trabajo y afán de la mejor manera, rodeado de su familia. Hay que alimentar su amor con todo cuidado y recordar que los hijos necesitan modelos, no críticas, y el propio progreso se intensificará cuando uno se esfuerce constantemente por presentar el mejor aspecto de uno mismo a los hijos e, incluso, si uno ha fallado en todo lo demás a los ojos del mundo, si se tiene una familia que lo ame, uno es un triunfador.

REGLA NÚMERO 5
Hay que levantar este día sobre una base de pensamientos agradables. Uno no debe preocuparse nunca por ninguna imperfección que uno tema que pueda impedir su progreso.
Hay que recordar que uno tiene el poder de alcanzar cualquier sueño si eleva sus pensamientos. Es posible velar cuando uno decide que puede hacerlo. No hay que volver a considerarse derrotado.
Hay que dejar que lo que el corazón ambiciona sea el proyecto de la propia vida.
No importa cómo se quiera llamarlo, los pensamientos positivos son productivos, los pensamientos negativos estorban y destruyen.

REGLA NÚMERO 6
Siempre hay que dejar que las propias acciones hablen por uno, aunque todo el tiempo hay que estar en guardia contra las terribles trampas del falso orgullo y la vanidad, que pueden detener el propio avance.
La próxima vez que uno se sienta tentado a vanagloriarse, tendría primero que meter la mano en una cubeta llena de agua y, cuando la saque, el agujero que queda hará que uno se dé una idea correcta de la medida de su importancia.

REGLA NÚMERO 7
Cada día es un don especial de Dios, y si bien es posible que la vida no siempre sea justa, uno no debe dejar nunca que las penas, las dificultades y las desventajas del momento envenenen la actitud y los

planes que uno tiene para sí mismo y su futuro. No se puede ganar si se lleva puesta la fea capa de la autocompasión, con toda seguridad ahuyentará cualquier oportunidad de éxito.

REGLA NÚMERO 8

Uno nunca debe llenar sus días ni sus noches con tantas nimiedades y cosas insignificantes como para no tener tiempo de aceptar un verdadero reto cuando éste se presente. Esto es válido tanto para el juego como para el trabajo.

Un día meramente sobrevivido no es ocasión de festejo. Uno no está aquí para desperdiciar sus preciosas horas, cuando tiene la capacidad de lograr tanto, si hace una pequeña modificación en su rutina. Ya no hay que ocuparse en nimiedades. Ya no hay que volverle la cara al éxito.

Todos tenemos nuestros propios 'interruptores de eliminación'. Tal vez cuando éramos pequeños, alguien, incluso uno de los padres u otro adulto, nos haya dicho un día que nunca valdríamos gran cosa.

¡Eso bastó! Sin darse cuenta y sin pensarlo, oprimieron nuestro interruptor, y nos hemos pasado todos estos años trabajando muy duro con el fin de que su profecía se cumpliera, sin comprender siquiera la motivación de nuestras acciones.

REGLA NÚMERO 9

Hay que vivir este día como si fuera el último de su vida. Hay que recordar que sólo se encontrará la expresión "mañana" en el calendario de los tontos.

Hay que olvidar las derrotas del ayer y no tomar en cuenta los problemas del mañana. Uno debe hacer de este día el mejor de su año. Las palabras más tristes que uno podría pronunciar son: "Si pudiera volver a vivir mi vida...".

La mayoría de los fracasados actúan siempre como si les quedaran mil años de vida. Todo lo que uno tiene en efectivo es el hoy.

REGLA NÚMERO 10

A partir de hoy, uno debe tratar a todas las personas que encuentre, sean amigas o enemigas, conocidas o extrañas, como si fueran a morirse a medianoche. No importa cuan tan trivial sea el contacto. Hay que brindar a cada persona toda la atención, amabilidad comprensión y afecto que uno pueda mostrar, y hay que hacerlo sin pensar en ninguna recompensa. Su vida nunca volverá a ser igual.

Al igual que las reglas de cualquier juego, todas las reglas de la vida se relacionan entre sí. Vivir cada día como si fuera el único que uno va a tener es, de hecho, uno de los principios supremos para una existencia dichosa y con éxito.

REGLA NÚMERO 11

Hay que reírse de sí mismo y de la vida. No con el ánimo de burlarse ni de autocompasión plañidera, sino como un remedio, como un medicamento milagroso, que le mitigará a uno el dolor, le curará la depresión y le ayudará a poner en perspectiva la derrota aparentemente terrible del momento. Uno debe borrar la tensión y las preocupaciones riéndose de sus predicamentos, con lo que liberará su mente para pensar con claridad en la solución que seguramente llegará.
Nunca hay que tomarse demasiado en serio. Los días más desolados son aquellos en que no se ha oído el sonido de la risa. Una buena sonrisa es un rayo de sol en cualquier hogar, así es que no hay que dejar que pase un día sin exteriorizar el lado feliz de uno, aunque esté luchando con el caos.
Cada vez que sonríe, y más cuando ríe, se añaden momentos preciosos a la propia vida.

REGLA NÚMERO 12
Nunca deben descuidarse los detalles, ni escatimarse ese esfuerzo adicional, esos cuantos minutos de más, esa palabra suave de alabanza o agradecimiento, esa entrega de lo mejor que uno puede hacer. No importa lo que los demás piensen, pero sí es de primordial importancia lo que uno piensa de sí mismo. Usted nunca podrá hacer lo mejor, que debería ser siempre su rasgo distintivo, si está tomando atajos y evadiendo responsabilidades. Usted es alguien especial. Debe actuar como tal.
Sólo los fracasados y los mediocres descuidan los detalles.

REGLA NÚMERO 13
Hay que recibir cada mañana con una sonrisa. Uno debe considerar el nuevo día como otro regalo especial de su Creador, otra oportunidad dorada para completar lo que uno no pudo concluir ayer. Hay que motivarse uno mismo. Hay que dejar que la primera hora establezca el tema del éxito y la acción positiva que con toda seguridad resonará durante todo el día.
El día de hoy nunca volverá a ocurrir. No hay que desperdiciarlo con un inicio falso o completamente nulo.
Usted no nació para fallar.

REGLA NÚMERO 14
Uno logrará su gran sueño, un día a la vez, así es que hay que fijar metas para cada día, no proyectos largos y difíciles, sino tareas que lo llevarán a uno, paso a paso, hacia su arco iris. Debe anotarlas, si así le parece, pero hay que limitar la lista de manera que no se tengan que arrastrar las cuestiones inconclusas de hoy hacia el mañana. Hay que recordar que uno no puede construir su pirámide en veinticuatro

horas. Hay que ser paciente.
Fijar metas es fácil. Cualquiera de nosotros puede hacer una larga lista de las cosas que espera lograr en el futuro... pero luego seguimos viviendo exactamente como en el pasado.

REGLA NÚMERO 15
Uno no debe permitir nunca que nadie le eche a perder su desfile y de esa manera arroje una sombra de tristeza y derrota en todo el día. Hay que recordar que no se requiere nada de talento, ni abnegación, ni inteligencia, ni carácter, para estar en el equipo de los que encuentran fallas. Nada externo puede tener poder sobre uno a menos que uno lo permita. El tiempo es demasiado precioso para sacrificarlo en días desperdiciados combatiendo las fuerzas rastreras del odio, los celos y la envidia.

REGLA NÚMERO 16
Hay que buscar la semilla del bien en todas las adversidades. Cuando uno domina ese principio, posee un valioso escudo que lo protegerá bien a través de todos los oscuros valles por donde tenga que pasar.
Es posible ver las estrellas desde el fondo de un pozo profundo, en tanto que no pueden distinguirse desde la cima de una montaña. De la misma manera, usted aprenderá de la adversidad cosas que uno no habría descubierto jamás sin dificultades. Siempre hay una semilla del bien. Uno debe encontrarla para prosperar.
Una vez que uno ha aprendido a reaccionar ante cualquier problema con la palabra “magnífico” y luego se toma el tiempo para descubrir qué podría haber de bueno en el serio problema que uno tiene, se sorprenderá al ver con cuanta frecuencia se puede cambiar una derrota segura en una victoria.

REGLA NÚMERO 17
Uno debe darse cuenta de que la verdadera felicidad radica dentro de uno mismo. No hay que desperdiciar tiempo ni esfuerzo en buscar la paz, la alegría y el gozo en el mundo externo. Hay que tener presente que no hay felicidad en tener u obtener, sino únicamente en dar. Hay que dar. Compartir. Sonreír. La felicidad es un perfume que no se puede escanciar en los demás sin que unas cuantas gotas caigan en uno mismo.

El método de Wallace Delois Wattles

Hay una ciencia de volverse rico y es una ciencia exacta, como el Álgebra o la Aritmética.

Hay ciertas leyes que gobiernan el proceso de adquirir riqueza y cualquier persona,

una vez que aprende y obedece esas leyes,
se vuelve rica con certeza matemática.
WALLACE D. WATTLES

Wallace Delois Wattles (1860-1911) es un pionero destacado en la búsqueda del éxito. Su obra más conocida es *La ciencia de hacerse rico,* en la cual explica cómo superar barreras mentales y otros condicionamientos para –a través de la creación y no de la competencia– atraer riquezas.

Dice en ese libro (según otra traducción): "Hay una Ciencia para hacerse rico, y es una ciencia exacta, como el álgebra o las matemáticas. Hay ciertas leyes que gobiernan el proceso de adquirir la riqueza; una vez que estas leyes son aprendidas y obedecidas por cualquier hombre, él se enriquecerá con una certeza matemática".

No se trata del medio en que se vive. No se trata del talento que se posee. No se trata de ahorro o economía.

No se trata de uno u otro negocio. No se trata de capacidad natural. La gente talentosa se enriquece.

Los alcornoques también se enriquecen.

Es el resultado de hacer las cosas de cierto modo. La gente intelectualmente brillante se enriquece. La gente sin muchas luces se enriquece.

La gente físicamente fuerte se enriquece. La gente débil y enferma se enriquece.

Algún grado de capacidad para pensar y entender es esencial. Cualquier hombre o mujer que tiene la capacidad suficiente como para leer y entender estas palabras, puede enriquecerse.

La gente se enriquece en cualquier negocio o profesión.

Mientras sus vecinos en la misma ocupación, quedan en la pobreza.

El primer principio en la ciencia de hacerse rico

El **pensamiento** es el único poder que puede producir la riqueza tangible de la **sustancia sin formar** *(formless substance)*. La materia de la que están hechas todas las cosas es una sustancia que piensa, y el pensamiento de la forma de esta **sustancia** es lo que produce la forma. La **sustancia original** se mueve acorde a sus pensamientos; cada forma y proceso que usted ve en la naturaleza es la expresión visible de un pensamiento de la sustancia original. Como la **materia sin formar** piensa en una forma, esto toma aquella forma; como esto piensa en el movimiento, esto crea ese movimiento.

Vivimos en un mundo de pensamientos, que forma parte de un universo de pensamientos.

La **sustancia pensante** toma la forma de su pensamiento, y se mueve según ese pensamiento.

Cada pensamiento de forma, sostenido en la **sustancia pensadora**,

causa la creación de la forma, pero siempre, o casi siempre, a lo largo de las líneas de crecimiento y acción ya establecidas. El hombre es un centro de pensamiento, y puede originar el pensamiento. Todas las formas que el hombre pueda crear con sus manos, primero deben existir en su pensamiento; él no puede darle forma a una cosa antes de haber pensado en esa cosa.

Hay una materia pensadora de la cual todas las cosas son hechas y que, en su estado original, impregna, penetra y llena los interespacios del universo. En esta sustancia, un **pensamiento** produce la cosa que es imaginada por ese pensamiento.

El MODO de un hombre de hacer las cosas es el resultado directo del MODO en que él piensa en las cosas.

Para hacer las cosas del cierto modo en que usted quiere hacerlas, tendrá que adquirir la capacidad de pensar de ese cierto modo en el que usted quiere pensar; éste es el primer paso para hacerse rico. Pensar lo que usted desea pensar es la **verdad**, independientemente de las apariencias.

RESUMEN

1. Hay una MATERIA PENSADORA de la cual todas las cosas son hechas y que, en su estado original, impregna, penetra y llena los interespacios del universo.

2. En esta **sustancia** un pensamiento produce la cosa que es imaginada por ese pensamiento. El hombre puede formar cosas en su pensamiento, y si impregna con su pensamiento a la **sustancia sin formar**, puede causar la cosa que él piensa que deba ser creada.

3. Para hacer esto, el hombre debe pasar de lo competitivo a la mente creativa; de otra manera, él no puede estar en armonía con la **inteligencia sin formar**, que es siempre creativa y nunca de espíritu competitivo.

4. El hombre puede estar en una plena armonía con la sustancia sin formar, teniendo una **gratitud viva** y sincera para las bendiciones que esto le concede. La gratitud unifica la mente del hombre con la **inteligencia de la sustancia**, para que los pensamientos del hombre sean recibidos por la **sustancia sin formar.**

5. El hombre que desea enriquecerse debe pasar sus horas de ocio en la contemplación de su **visión**, y en una formal acción de gracias por lo que recibe en la realidad.

6. Esto es el proceso por el que se imprime e **impregna** la imagen en la sustancia sin formar, y las fuerzas creativas se ponen en movimiento.

7. Todo lo que es incluido en su imagen mental seguramente le llegará al hombre que siga las instrucciones dadas, y cuya fe no vacile.

8. Lo que él quiera le llegará por los caminos del comercio establecido. Para recibir lo suyo cuando esto le llegue, el hombre debe ser activo; y esta actividad sólo puede consistir en cubrir ampliamente su lugar presente.

9. Él debe mantener en su mente el objetivo de enriquecerse a través de la realización de su imagen mental.

10. Debe mantener el **pensamiento de avance**, para que la impresión de crecimiento sea comunicada a todos los que están en contacto con él.

11. Los hombres y las mujeres que practiquen las instrucciones precedentes seguramente se enriquecerán; y la riqueza que ellos reciban estará en proporción

exacta con el carácter definitivo de su visión, la fijeza de su objetivo, la constancia de su fe y la profundidad de su gratitud.

Como autor práctico, Wattles sugirió a sus lectores que probaran sus teorías en ellos mismos, en lugar de tomar su palabra como la de una autoridad, y aseguró que había testado sus métodos en él mismo y en otros, antes de publicarlos.
Wattles practicó la técnica de la visualización creativa. En palabras de su hija Florence, él "formaba una imagen mental" o imagen visual y entonces "trabajaba hacia la realización de esa visión".
"Él escribía casi constantemente. Fue entonces que formó su imagen mental. Se vio a sí mismo como un escritor exitoso, una personalidad de poder, un hombre de avanzada, y comenzó a trabajar en pos de la realización de esa visión. El vivió cada página... Su vida fue realmente una vida poderosa", (Wikipedia).
De su Ley de la Atracción traduzco lo siguiente:

- La fuerza del pensamiento.
- Vuestro pensamiento, no el cuerpo, es vuestro verdadero ser. Es una sustancia invisible, real como el aire, el agua o el metal.
- Es también matemáticamente cierto que, una vez individuali zada la causa, será posible obtener el éxito desarrollándola hasta alcanzar un suficiente nivel de potencia, y aplicándola adecuadamente al propio trabajo.
- Cada forma de vibración requiere un tipo particular de instrumento. Actualmente el cerebro humano parece ser el único instrumento para registrar las ondas del pensamienmiento[133].
- No sólo las ondas de nuestros pensamientos nos influyen a nosotros, también en los demás, y en las cosas, las situaciones, la suerte... si nuestros pensamientos son dominantes.
- Imaginemos no poseer un instrumento que registrara el magnetismo, etc. No por ello se podría negar la existencia de algo que no se puede ni ver, ni gustar, ni oler, ni tocar… Sin embargo, nadie podría negar la fuerza de un imán.
- Un pensamiento fuerte o prolongado hará de nosotros el centro de atracción de las correspondientes ondas de pensa miento de otros. Lo semejante se atrae en el mundo del pensamiento; así es "cómo las desgracias nunca vienen solas".
- Es así como uno recibe, a través de la telegrafía sin hilos de la mente, aquello que solicita.
- La cuestión de la atracción del pensamiento es de la máxima importancia. El hombre es verdaderamente el artífice de aquello que lo rodea, aunque a veces tienda a responsabilizar a los demás.

El método de William Walter Atkinson (alias Yogi Ramacharaka)

La suerte es una palabra vana.
Los labios de la sabiduría permanecen cerrados,
excepto para el oído capaz de comprender.
EL KYBALIÓN

Otro autor temprano que nos dejó muchas obras sobre *El Secreto de la buena suerte* fue Yogi Ramacharaka (seudónimo de William Walker Atkinson, 1862-1932).

LOS SIETE PRINCIPIOS

Es muy probable que la obra anónima o de los 'Tres iniciados', *El Kybalión,* fuera escrita por él y no por el mítico Hermes Trismegisto, y que algunas de las sentencias de la *Tabla Esmeralda,* sí escritas supuestamente por Hermes, fueron copiadas a *El Kybalión,* obra que no pudo ser ni mucho menos, como se pretende, tan antigua como *La Tabla Esmeralda*. En cualquier caso, los 7 principios o axiomas, como están descritos en *El Kybalión,* serían su método de acercarse al secreto de la **buena suerte.**

> "Los principios de la verdad son siete; aquel que conoce estos con comprensión, posee la llave mágica ante cuyo toque todas las puertas del templo se abren de repente":
>
> **1. Mentalismo**. El Todo es mente; el universo es mental. Este principio, al establecer la naturaleza mental del universo, explica fácilmente los varios fenómenos mentales y psíquicos que tanto han preocupado la atención del público, y que sin tal explicación no son comprensibles y desafían toda hipótesis científica. La comprensión de este principio hermético de mentalismo habilita al individuo a realizar y conocer la ley que rige el universo mental, aplicándola a su bienestar y desarrollo.
>
> **2. Correspondencia**. Como es arriba, es abajo; como es abajo, es arriba. Afirma que este principio se manifiesta en los tres Grandes Planos: el Físico, el Mental y el Espiritual. Hay siempre una cierta correspondencia entre las leyes y los fenómenos de los varios estados del ser y de la vida. La comprensión de este principio da una clave para resolver muchos de los más oscuros problemas y paradojas de los misteriosos secretos de la Naturaleza. Hay muchos planos que no conocemos, pero cuando aplicamos esa ley de correspondencia a ellos, mucho de lo que de otra manera nos sería incomprensible se hace claro a nuestra conciencia.
>
> **3. Vibración**. Nada está inmóvil; todo se mueve; todo vibra. Todo está en movimiento, nada permanece inmóvil, cosas ambas que

confirman por su parte la ciencia moderna, y cada nuevo descubrimiento lo verifica y comprueba. Y, a pesar de todo, este principio hermético fue enunciado cientos de años ha por los Maestros del antiguo Egipto. Este principio explica las diferencias entre las diversas manifestaciones de la materia, de la fuerza, de la mente y aun del mismo espíritu, las que no son sino el resultado de los varios estados vibratorios. Desde el TODO, que es puro espíritu, hasta la más grosera forma de materia, todo está en vibración: cuanto más alta es esta, tanto más elevada es su posición en la escala. La vibración del espíritu es de una intensidad infinita; tanto, que prácticamente puede considerarse como si estuviera en reposo, de igual manera que una rueda que gira rapidísimamente parece que está sin movimiento. Y en el otro extremo de la escala hay formas de materia densísima, cuya vibración es tan débil que parece también estar en reposo. Entre ambos polos hay millones de millones de grados de intensidad vibratoria. Desde el corpúsculo y el electrón, desde el átomo y la molécula hasta el astro y los universos, todo está en vibración. Y esto es igualmente cierto en lo que respecta a los estados o planos de la energía o fuerza (la que no es más que un determinado estado vibratorio), y a los planos mentales y espirituales.

4. Polaridad. Todo es doble, todo tiene dos polos; todo, su par de opuestos: los semejantes y los antagónicos son lo mismo; los opuestos son idénticos en naturaleza, pero diferentes en grado; todas las verdades son medias verdades, todas las paradojas pueden reconciliarse. Explica y dilucida las antiguas paradojas que han dejado perplejos a tantísimos investigadores, y que literalmente decían: “La tesis y la antítesis son idénticas en naturaleza, difiriendo sólo en grado”; “los opuestos son idénticos en realidad, diferenciándose en su gradación”; “los pares de opuestos pueden conciliarse, los extremos se tocan”; “todo es y no es al mismo tiempo”, “toda verdad no es sino media verdad”; “toda verdad es medio falsa”, etc. Este principio explica que en cada cosa hay dos polos, dos aspectos, y que los “opuestos” no son, en realidad, sino los dos extremos de la misma cosa, consistiendo la diferencia, simplemente, en diversos grados entre ambos. El calor y el frío, aunque opuestos, son realmente la misma cosa, consistiendo la diferencia, simplemente, en diversos grados de aquella.

5. Ritmo. Todo fluye y refluye; todo tiene sus períodos de avance y retroceso, todo asciende y desciende; todo se mueve como un péndulo; la medida de su movimiento hacia la derecha, es la misma que la de su movimiento hacia la izquierda; el ritmo es la compensación. Todo se manifiesta en un determinado movimiento

de ida y vuelta; un flujo y reflujo, una oscilación de péndulo entre los dos polos que existen de acuerdo con el principio de polaridad, descrito un momento ha. Hay siempre una acción y una reacción, un avance y un retroceso, un ascenso y un descenso.
Y esta ley rige para todo; soles, mundos, animales, mente, energía, materia. Esta ley lo mismo se manifiesta en la creación como en la destrucción de los mundos, en el progreso como en la decadencia de las naciones, en la vida, en las cosas todas y, finalmente, en los estados mentales del hombre.

6. Causa y efecto. Toda causa tiene su efecto; todo efecto tiene su causa; todo sucede de acuerdo a la ley; la suerte o azar no es más que el nombre que se le da a la ley no reconocida; hay muchos planos de causalidad, pero nada escapa a la Ley. Nada ocurre casualmente y que todo ocurre conforme a la Ley. La suerte es una palabra vana, y si bien existen muchos planos de causas y efectos, dominando los superiores a los inferiores, aun así ninguno escapa totalmente a la Ley.

7. Generación. La generación existe por doquier; todo tiene su principio masculino y femenino; la generación se manifiesta en todos los planos.
Esto es verdad, no solamente en el plano físico, sino también en el mental y en el espiritual.

Y en *La Tabla Esmeralda* podemos leer:
Preceptos de Hermes Trismegisto

1. Lo que digo no es ficticio, sino digno de crédito y cierto.
2. Lo que está más abajo es como lo que está arriba, y lo que está arriba es como lo que está abajo. Actúan para cumplir los prodigios del Uno.
3. Como todas las cosas fueron creadas por la Palabra del Ser, así todas las cosas fueron creadas a imagen del Uno.
4. Su padre es el Sol y su madre la Luna. El Viento lo lleva en su vientre. Su nodriza es la Tierra.
5. Es el padre de la Perfección en el mundo entero.
6. Su poder es fuerte si se transforma en Tierra.
7. Separa la Tierra del Fuego, lo sutil de lo burdo, pero sé prudente y circunspecto cuando lo hagas.
8. Usa tu mente por completo y sube de la Tierra al Cielo y, luego, nuevamente desciende a la Tierra y combina los poderes de lo **que está arriba y lo que está abajo**. Así ganarás gloria en el mundo entero, y la oscuridad saldrá de ti de una vez.

9. Esto tiene más virtud que la Virtud misma, porque controla todas las cosas sutiles y penetra en todas las cosas sólidas.
10. Éste es el modo en que el mundo fue creado.
11. Éste es el origen de los prodigios que se hallan aquí [¿o que se han llevado a cabo?].
12. Esto es por lo que soy llamado Hermes Trismegisto, porque poseo las tres partes de la filosofía cósmica.
13. Lo que tuve que decir sobre el funcionamiento del Sol ha concluido.

El método de Norman Vincent Peale

Norman Vincent Peale (1898-1993) fue el autor de *El Poder del Pensamiento Positivo,* y creador de la teoría del pensamiento positivo, del que fue pionero.
David Icke lo tacha de masón del más alto grado e Illuminati de 6.º grado.
Todo lo que este predicador norteamericano escribió, y los discursos y sermones que dio durante su vida, tuvo relación con el pensamiento positivo, con la ley de la atracción y con la misma Biblia. Quizá por su condición de pastor de una iglesia sobrecargó sus enseñanzas con demasiadas citas bíblicas que a algunos no les convenzan mucho hoy día. Pero el caso es que tuvo mucha influencia en su momento. Dice su presentadora en un vídeo, que "hasta 1952, cuando Peale publicó *El poder del pensamiento positivo*, nunca se había escrito un libro sobre el tema". Esto es más que dudoso a tenor de todo lo que acabamos de exponer un poco más arriba.
Además del pensamiento positivo, el Dr. Peale hizo hincapié y escribió sobre el **entusiasmo** que debe ir asociado al mismo.

CULTIVE LA SIMPLICIDAD DE LA VIDA
Cuatro pasos para lograr una existencia más entusiasta

1. Si quiere aumentar su nivel de entusiasmo, el primer paso será buscar lo bueno que hay en usted mismo. Deje de menospreciarse. Quítese los pensamientos de fracaso y recuerdos de errores. Véase como la persona competente y valiosa que realmente es.
2. Cuando se sienta bien consigo mismo, comenzará a sentirse bien con todos los demás.
3. Deje de pensar en sí mismo y busque otra persona que lo necesite. Olvídese de usted, involúcrese con asuntos y causas, desarrolle intereses apasionados y cuando pueda, dé su tiempo y energía. Es el

tiempo de dejar de desperdiciar energía recordando fracasos pasados. Comience a pensar en las cosas positivas que puede hacer ahora. Sea constructivo, el pasado ya se fue y no puede repetirse ni cambiarse.

4. Ver toda tribulación como un reto que puede convertirse en un tesoro si lo enfoca con entusiasmo. Esto significa desarrollar una gran conciencia de este poder dentro de usted. El entusiasmo es contagioso, apréndalo, vívalo y páselo.

5. Quítese todos los pensamientos de autocompasión. Concéntrese en todo lo que ha logrado y no en lo que ha perdido. Si nunca lo ha hecho, podría hacer una lista de todos los activos en términos de personalidad, talento, amigos, familia, salud. Todos los intangibles que hacen su verdadera fortuna.

EL GRAN PLAN ONCE PARA TENER ENTUSIASMO TODA LA VIDA

1. Rezar en grande.
2. Pensar en grande.
3. Creer en grande.
4. Actuar en grande.
5. Soñar en grande.
6. Trabajar en grande.
7. Dar en grande.
8. Perdonar en grande.
9. Amar en grande.
10. Ser en grande.
11. Reír en grande.

El poder del pensamiento positivo y la vida exitosa
LOS 5 PASOS PARA CAMBIAR LAS

ACTITUDES MENTALES DE NEGATIVAS A POSITIVAS

1. Durante las siguientes 24 horas diga sólo cosas positivas y de esperanza sobre su trabajo, su salud, su familia y su futuro. Sea optimista, absténgase de ser negativo. Hágalo durante una semana completa, si puede ser positivo por un día puede serlo por una semana y por toda la vida.

2. Alimente su mente mientras alimenta su cuerpo. Comience cambiando su mente de negativo a positivo leyendo libros y revistas motivadoras.

Esto significa que aleje su mente de la atención de historias y noticias negativas y sensacionalistas.

3. Haga una lista de los amigos con los que pasa mucho tiempo y ponga una marca sobre aquellos que son pensadores positivos. Esté con ellos con mayor frecuencia. No abandone a los pensadores

negativos que conozca. En vez de ello adopte las actitudes positivas de los pensadores positivos y trate de influenciar con ellos a los amigos negativos.
4. Evite discusiones a toda costa. Cuando escuche que se expresa una actitud negativa, rebátala con una actitud positiva y optimista. Si alguien no está de acuerdo, déjelo. No inicie una pelea por nada. Las polémicas siempre son negativas.
5. Rezar y meditar mucho con gratitud por las cosas maravillosas que el Creador le ha dado.

El método de Suart Lichtman

¡Exacto! Suerte es, simplemente,
éxito generado inconscientemente.
LICHTMAN

La Transposición Cibernética

Lichtman es uno de los autores más completos, y quizá complejos, de cuantos existen que hayan escrito sobre nuestro tema. Merece la pena escucharle con detenimiento o consultar alguna de sus interesantes obras (ver bibliografía).
«Muy temprano en la vida, aprendemos de nuestros manuales de instrucciones internos. Nos guían inconscientemente a hacer cosas, y nuestras mentes conscientes aprenden observando el resultado. (Nuestro conocimiento interno actuó "ahí fuera"[134], en el mundo, y después fue interiorizado por la mente consciente, creando así lo que llamamos sabiduría)».

* * *

Todos tenemos muchas habilidades generadas inconscientemente y aparentemente automáticas, como respirar, ver, oír, estar de pie, pasear, leer, hablar, escribir, conducir un coche, coger una pelota, y muchas otras que damos por asumidas. Y, una vez estimuladas, tenemos poderosas habilidades inconscientes para crear éxito también.

El cerebro-cebolla

Un modelo simple del cerebro desarrollado por Paul MacLean, del National Institute of Health (NIH), nos va a ayudar con esto. El visualizó una cebolla de 3 capas, estando la capa más antigua en evolución en el centro y la más reciente en el exterior. He cambiado ese modelo a 5 capas, siendo las tres externas equivalentes en edad evolutiva.
Cada una de estas capas "habla" un "lenguaje" diferente. En el centro encontramos un pequeño bulbo en la punta de la médula espinal de todas las criaturas vertebradas, incluso la más simple.
Se llama el cerebro primario y su lenguaje es el físico (estímulo-respuesta). El cerebro primario se encarga de que, cuando usted toque algo caliente, retire la mano sin siquiera pensarlo conscientemente. O de dar un volantazo para evitar un coche que viene, antes de que conscientemente se dé cuenta de que hay peligro.
Una parte clave del cerebro primario es el Sistema Activador Reticular (SAR).

Controla el "volumen" del neocórtex y, por tanto, su concentración consciente.
Así que, si usted se centra en encontrar monedas de veinte céntimos en el suelo, de forma que sensibilice su Sistema Reticular, muy pronto empezará a encontrarlas. (Un estudiante de Psicología hizo este experimento y en un mes encontró 75 monedas). Y, si estás pensando en comprarte un coche espedífico, pronto te sorprenderás de la enorme cantidad de ellos que verás por las calles.
Lo que no hace más que confirmar el viejo refrán sufí: Si un carterista ve a un santo por el camino, lo único que verá son bolsillos". Por otro lado, destruya su SAR y se convertirá en un vegetal comatoso toda su vida.
La segunda capa del cerebro-cebolla se llama cerebro medio o sistema límbico. Habla con emociones y canaliza muchísima energía. Por ejemplo, cuando un asustado padre, sin pensar, corre hacia un edificio en llamas para salvar a su hijo, es el cerebro medio el que está en marcha.
Es el mismo caso de una madre que levanta un coche para salvar la vida de su hijo. Es físicamente "imposible" para una mujer normal de 55 kg levantar 500, pero este caso está documentado muchísimas veces.
El cerebro medio también entra en juego cuando piensas que te despedirán y no encontrarás otro trabajo, si no entregas un trabajo antes de la fecha tope, y haces el trabajo de tres semanas en tres horas.
Si tienes hijos pequeños, estarás familiarizado con los llamados "los terribles 2 (años)", que es cuando el cerebro medio termina de formarse. Rabia, ansiedad y otras varias emociones son típicas en esta fase. Estas emociones son la fuerza conductora de la realización, de la formación de la memoria.
Si dañas físicamente este sistema medio –la amígdala y el hipocampo– nunca formará de nuevo un nuevo recuerdo.
Hay una conexión directa entre los centros emocionales del cerebro medio y las partes del neocórtex, los lóbulos frontales, que nos mantienen concentrados en lo que estamos haciendo.
Cuando los lóbulos frontales son "cortocircuitados" como en un bebé, a veces su atención es intensa y otras veces no. Es por eso que un bebé coge un objeto con tanta intensidad que no se lo puedes quitar de la mano, hasta que pones otra cosa interesante enfrente de sus ojos y el objeto número uno cae al suelo mientras el número dos es el nuevo "atrapado".
El tercer elemento del cerebro-cebolla, una parte de la capa externa, tiene un grosor de aproximadamente medio centímetro, un área de 30 cm cuadrados y está hecho de 6 capas.
Es el lóbulo derecho del neocórtex, también conocido como hemisferio cerebral derecho. Su lenguaje son las formas visuales, auditivas y táctiles. Crea las emociones asociadas con el arte, la música o las sensaciones cuando alguien le toca. Es la parte de su cerebro experta en sintetizar millones de informaciones en un sensitivo e innombrable "flash". Pero no se encarga de juntar las piezas y unirlas bajo un nombre, un "algo" conscientemente reconocible.
Ése es el quinto elemento, el lóbulo izquierdo del neocórtex, el llamado hemisferio cerebral izquierdo.
El lenguaje del hemisferio izquierdo son las palabras, pero las palabras sólo son válidas cuando están asociadas a experiencias del hemisferio derecho, sistema medio o cerebro primario.
Por ejemplo, volvamos al caso del olor de un café recién hecho. Fácil, ¿no? De repente eres consciente de ese fragante olor. Pero es casi imposible describir la experiencia con palabras, porque son dos lenguajes muy distintos –palabras y experiencias–, y no tiene un diccionario traductor... Es por eso que desarrollé el **Proceso Target de Transposición Cibernética**, para hacer esa función de traducción.

El cuarto elemento del cerebro-cebolla está formado por otros 3 elementos: la **comisura anterior**, la *comisura posterior* y el **corpus-callosum**.
Estas tres partes deben llevar información entre los hemisferios derecho e izquierdo y las capas tercera y quinta de la cebolla. Y las comisuras lo hacen moviendo información verbal del hemisferio izquierdo al derecho, y moviendo información táctil y visual del derecho al izquierdo.
Pero el corpus-callosum, la vía por la que el "pensamiento" debería pasar, a menudo está completamente bloqueado, como se puede constatar midiendo la actividad de las ondas cerebrales.
Estos 5 elementos –cerebro primario, cerebro medio, hemisferio derecho, corpus-callosum y hemisferio izquierdo– están funcionalmente conectados en línea. Sin embargo, mientras el cerebro primario, cerebro medio y hemisferio derecho trabajan bien juntos, el corpus-callosum suele estar cerrado, cortando por tanto la comunicación con el hemisferio izquierdo, y muy poca información puede pasar de un lado al otro.
¿Por qué es así? La explicación reside en nuestra obsesión por el lenguaje hablado y escrito, un fenómeno relativamente reciente, dado que el hombre lleva sobre la tierra más de 2 millones de años. Por contra, el lenguaje alfabético tiene quizá sólo 4000 años de antigüedad, y sólo hace 2800 años desde que la lectura comenzó a extenderse entre la población. El hecho es que, cuanto más sea alguien "educado-por-libros", más se cerrará el corpus-callosum. Y cuanto más "primitivo" o "educado-por-experiencias", más abierto estará.

Técnicas básicas para el logro de metas de mediana dificultad y técnicas avanzadas para el logro de Realizaciones Fenomenales

Aldo Lagrutta, traductor oficial de la obra de Stuart Lichtman al español, nos da varias de las lecciones de un curso introductorio sobre Lichtman.
El método se divide en:

1. Introducción

Explica en detalle los los principios de la Transposición Cibernética y el uso de las cuatro partes importantes del cerebro utilizando ejemplos claros y sencillos de la vida diaria. Además, explica las diferencias del Método con los otros sistemas para la realización de metas.

2. Los hábitos de autosabotaje

Primera lección del curso de Transposición Cibernética: ¡El secreto que te permite obtener lo que deseas! Esta lección explica por primera vez los tres pasos básicos de la Transposición Cibernética, la formación de los hábitos de autosabotaje y la necesidad de resolver dichos hábitos.

3. Fijar tus metas

Enseña cómo poner la realización de tus deseos en piloto automático, la manera apropiada de fijar tus metas, el enmarque y su aplicación, como también el ejercicio simple de los éxitos y fracasos como herramienta para definirle a tu inconsciente lo que conscientemente quieres.

4. El Entrenamiento o Coaching Empresarial
Una aplicación importantísima del Método de la Transposición Cibernética en el mundo: El Coaching Empresarial. En este episodio se presenta una de las invenciones más interesantes: El proceso de Liderazgo con Visión Compartida. ¡Una verdadera revolución en materia de liderazgo!
5. Escribir tus metas
Son muchas las razones por las cuales los sistemas tradicionales de consecución de metas insisten en escribirlas; una de ellas es que el proceso de la escritura ayuda a cristalizar el pensamiento.
En este caso se explica, paso a paso, cómo utilizar la escritura para establecer un nivel básico de armonía entre las diferentes partes del cerebro.
6. El poder de la voluntad y la verdad de las afirmaciones
Una gran variedad de enfoques para tratar de ayudar a las personas a alcanzar sus metas se categorizan en tres formas. En este episodio se hace un análisis de dos de estos diferentes enfoques: El poder de la voluntad y las afirmaciones.

* * *

– Hay solo una respuesta a mi pregunta de ¿porqué no tienes lo que quieres todavía?
– La culpa no es de la economía, ni de tus padres, ni de tu cónyuge, ni tus vecinos, ni tu alcalde, ni del presidente o de cualquier cosa fuera de ti.
– Está en tu propia mente.
– No, no en tus pensamientos. No en tu mente consciente. El obstáculo es más profundo. Está donde raramente miras. Está en su subconsciente.
Para abreviar, si hay algo que estás tratando de alcanzar (nómbralo) y no lo estás logrando, existe la posibilidad de que tu inconsciente tenga algunas intenciones contradictorias para ti. Dicho de otra manera, es algo que quieres pero tu inconsciente no.
Si eres una persona típica, constantemente te estarás dando instrucciones contradictorias como: “Yo quiero perder peso” y “yo quiero ese pedazo delicioso de pastel”. ¿Hay algo más contradictorio que eso?
Esas dos instrucciones van en direcciones diferentes. Después de años de total frustración y mensajes contradictorios, tu inconsciente se rinde y empieza a desatender lo que conscientemente deseas.
En otros términos, eres tú mismo quien cancela tus propias peticiones. Dices, “yo quiero dinero”, y luego dices (o piensas), “no lo merezco”, o “el dinero nunca viene a mí”, o alguna otra creencia limitante similar.

Como resultado, ¡normalmente no consigues lo que deseas!
Todo esto está a punto de llegar a su fin. Estás a punto de aprender dos simples procesos de tres pasos que van a poner fin al autosabotaje mental que has estado deteniéndolo. Ahora, finalmente, podrás mostrarle exactamente a tu mente inconsciente cómo permitirte lograr eso que conscientemente quieres o necesitas.
Lo que la Transposición Cibernética hace es autorizar a tu mente para que use un éxito que ya has experimentado –cualquiera que sea ese éxito– y lo "transponga" (o transforme) para que se constituya en una base sólida para provocar un éxito en otra área.
¿Qué significa eso?
Si has tenido éxito cultivando un huerto o un jardín, o jugando al golf, o construyendo una casa, o aprendiendo a manejar un automóvil, o algo más –cualquier cosa que puedas entender como un éxito en esa sola área (no necesita ser un éxito de calidad mundial, ni un éxito aplastante, sino meramente un éxito sin más)–, entonces puedes tener el éxito en otra área.
Todo lo que necesitas es tener un éxito anterior que reconozcas en tu propia mente como un éxito.
Otra razón por la que la Transposición Cibernética funciona donde otros métodos fallan es porque permite armonizar todas las partes del cerebro, una técnica que yo mismo perfeccioné.
La armonización total del cerebro se consigue tomando en cuenta sus cuatro partes principales:

- El cerebro derecho (modelos, símbolos).
- El cerebro izquierdo (palabras, lógica).
- El cerebro medio (emociones).
- El tallo cerebral (estímulo físico).

... y obteniendo una sincronización entre sí.

Te lo explicaré. Esto es algo que virtualmente nadie ha entendido alguna vez.
Las actividades de tu cerebro están divididas en cuatro sistemas diferentes, donde cada uno involucra a una parte principal del cerebro. Normalmente estas partes están tirando en direcciones diferentes porque cada una de ellas habla un idioma diferente:

- El lado derecho del cerebro es fluido en modelos de arreglo, ritmo y sonido.
- El lenguaje del cerebro izquierdo está hecho de palabras y lógica. El cerebro medio se comunica con emociones.
- El lenguaje del tallo cerebral consta de estímulo físico y respuestas.

Para mantener a tu consciente e inconsciente en la misma página, voy

a preguntarte de vez en cuando que compruebes tus sentimientos intuitivos en una escala del 1 al 10.
Esto te ayudará a salir de lo común, de los millones de personas con pobre comunicación interna.
Cuando mejoras, marcadamente, tu habilidad de decirle a tu mente inconsciente lo que realmente quiere, esta te va a responder ávidamente. No más suposiciones ni azar.
Te dará una asignación y esta irá a trabajar al instante para ti.
Al "cerebro de las palabras y la lógica" a veces se le llama **cerebro izquierdo**.
La sección emocionalmente fluida es el **cerebro medio** (mesencéfalo, cerebro emocional o sistema límbico).
Y la parte que responde al estímulo físico es el **tallo cerebral** (tronco del encéfalo o tronco cerebral).
Probablemente los has experimentado algunas veces trabajando juntos en armonía y, a veces, en conflicto, batallando e incluso saboteándose unos a otros.
Es muy obvio que si deseas obtener algo, tienes que mantenerte enfocado en ello. Eso es lo que quiere indicar un entrenador de fútbol cuando dice: "Mantén la vista en la pelota".
Reconocer que cualquier intromisión, en tu campo consciente de atención, proviene de tu inconsciente. Por lo tanto, la solución consiste en conseguir que tu inconsciente le dé una alta prioridad a tu Objetivo, mientras tu mente consciente continúa realizando lo que normalmente hace.
Esto es lo que el proceso de la *Priorización del Logro Básico* hace. Te ayudará a domar a tu inconsciente.

Cómo priorizar tu Objetivo

¿Cómo puedes mantener a raya a tu inconsciente, de todas maneras?
La forma mas efectiva de priorizar un Objetivo de Logro Básico es a través de la repetición.
La repetición funciona enviando el mismo mensaje repetidas veces a su inconsciente hasta que las partes importantes de este "consigan el punto".

El método de T. Harv Eker

La T. inicial que añade a su nombre significa The, o sea, El, y lo eligió para recordarse a sí mismo que era El único y El solo Harv Eker

importante para él mismo.
Una forma de potenciar su autoestima. Algo a tener en cuenta.
Su libro más conocido puede que sea *Secretos de la mente millonaria.*
Recuerdo que este due el primeros de los libros que leí cuando empecé a introducirme en el tema. Me encantó y te lo recomiendo.
Dice en él:

> "La inmensa mayoría de la gente no posee la capacidad interna necesaria para crear y conservar grandes cantidades de dinero, ni para afrontar el mayor número de retos que acompaña siempre al hecho de tener más dinero y más éxito. La mayoría de las personas que ganan la lotería, al final vuelven al estado original, es decir, a la situación que les era cómodo manejar.
> Sin embargo, a los millonarios que se han hecho a sí mismos les sucede lo contrario".
>
> "Todos tenemos un patrón personal del dinero arraigado en nuestro inconsciente, y es este patrón, más que cualquier otra cosa, lo que determinará nuestra vida financiera. Si tu patrón del dinero no está programado para el éxito, nunca tendrás mucho dinero y, si de algún modo lo consigues, lo perderás con gran facilidad. La buena noticia es que, aplicando las sencillas instrucciones de este libro, puedes programar de nuevo tu patrón del dinero para que te lleve al éxito económico de una manera natural y automática".
> "Los pensamientos llevan a sentimientos, estos a acciones, estas a resultados".

Existen 4 elementos para el cambio del patrón financiero

1. Cambio en la consciencia. No puedes cambiar algo a menos que conozcas su existencia.
2. Comprensión. Entendiendo cuál es el origen de tu "forma de pensar", puedes reconocer si ésta viene de fuera de ti.
3. Disociación. Una vez comprendas que esta forma de pensar no es tuya, sepárate de ella.
4. Reacondicionamiento. "Lo que oí acerca del dinero, no es necesariamente cierto". "Decido adoptar nuevas formas de pensar". "Tengo una mente millonaria". Etc.

17 FORMAS DISTINTAS DE PENSAR Y ACTUAR DE LA GENTE RICA Y DE LA GENTE POBRE Y DE CLASE MEDIA

1. La gente rica piensa: "yo creo mi vida".
   La gente pobre piensa: "La vida es algo que me sucede".
2. La gente rica juega al juego del dinero para ganar.

La gente pobre juega al juego del dinero para no perder.
3. La gente rica se compromete a ser rica.
   La gente pobre desearía ser rica.
4. La gente rica piensa en grande.
   La gente pobre piensa en pequeño.
5. La gente rica se centra en las oportunidades.
   La gente pobre se centra en los obstáculos.
6. La gente rica admira a otra gente rica y próspera.
   A la gente pobre le molesta la gente rica y próspera.
7. La gente rica se relaciona con personas positivas y prósperas.
   La gente pobre se relaciona con personas negativas, sin éxito.
8. La gente rica está dispuesta a promocionarse a sí misma.
   La gente pobre piensa de forma negativa en lo referente a la venta y promoción.
9. La gente rica es más grande que sus problemas.
   La gente pobre es más pequeña que sus problemas.
10. Los ricos son excelentes receptores.
    Los pobres son malos receptores.
11. Los ricos exigen que se les pague según los resultados.
    Los pobres exigen que se les pague según el tiempo empleado.
12. Los ricos piensan “las dos cosas”.
    Los pobres piensan “o lo uno o lo otro”.
13. Los ricos se centran en su fortuna neta.
    Los pobres en lo que ganan con su trabajo.
14. La gente rica administra bien su dinero.
    La gente pobre administra mal su dinero.
15. Los ricos hacen que su dinero trabaje mucho para ellos.
    Los pobres trabajan mucho por su dinero.
16. Los ricos actúan a pesar del miedo.
    Los pobres dejan que el miedo los detenga.
17. Los ricos aprenden y crecen constantemente.
    Los pobres piensan que ya lo saben todo.

Piensa como rico y serás rico

1. Los pensamientos generan sentimientos y
2. los sentimientos generan acciones;
3. las acciones generadoras de riquezas proceden de pensamientos de riqueza.
4. La principal y más importante diferencia entre un rico y un pobre radica en que el rico piensa que es él el que controla y decide su vida y puede hacer su destino, en cambio...
5. El pobre piensa que la vida simplemente son acontecimientos que le suceden sin que él pueda hacer demasiado para cambiar las circunstancias negativas y siempre encuentran un culpable.
6. El rico cree que él tiene el control y el pobre, no.
7. El universo interpreta que el pobre así está a gusto y por eso solo atraerá a su vida más pobreza.

Dice Harv Eker que él es un gran admirador de Stuart Wilde, del que aprendió mucho. Incluyo aquí sus:

5 pasos para conseguir tus más salvajes sueños

1. Conócete a ti mismo.
2. Apasiónate.
3. Rodéate de pasión positiva.
4. Acepta desde ya que no vas a satisfacer a todo el mundo.
5. Siempre sé tú mismo.
6. No te asustes por cometer errores.
7. Acepta que nunca será fácil.
8. Sé humilde.
9. No te subestimes.
10. Muéstrate divertido.
11. Desarrolla la voluntad de vivir.
12. Desarrolla 'la voluntad' de ayudar y servir a los demás.
13. Estate siempre al acecho de las oportunidades.
14. Desarrolla la 'voluntad del logro'.
15. Siempre levántate sobre tus sueños.

El método de Thomas J. Stanley

Stanley era un escritor de libros de éxito, doctorado en Administración de Negocios y autor con Danko de *El millonario de al lado* y, ya solo él, de *El pensamiento del millonario, Stop acting rich, The millionaire mind y Millionaire woman next door.*
Extraigo de las mismas las siguientes características de personalidad y de carácter que, por lo general, poseen las personas que han sido exitosas y que han podido acumular riquezas.

1.Tienen un estilo de vida modesto; gastan menos de lo que ganan e invierten el resto.
2. Son eficientes empleando los recursos: tiempo, dinero y energía.
3. Dan mayor prioridad a la independencia financiera que a la posición social.
4. Sus padres no les proporcionaron una asistencia financiera significativa; ellos mismos han logrado su éxito a base de su propio esfuerzo.
5. Les enseñan a sus familias a ser económicamente autosuficientes.
6. Se enfocan en las oportunidades que emergen del mercado, tales como suministrar productos y servicios a otros hogares.
7. Escogieron una ocupación en la que podrían proporcionarse su propio empleo.

El método de Deepak Chopra

Tener mil millones de dólares en el banco pero no tener la experiencia de estar despreocupado y haber acudido a la llamada de la caridad, es ser pobre.
DEEPAK CHOPRA citado por V. Boc

LAS SIETE LEYES ESPIRITUALES DEL ÉXITO

1. La ley de la potencialidad pura
La fuente de toda creación es la conciencia pura… la potencialidad pura que busca expresarse para pasar de lo inmanifiesto a lo manifiesto. Y cuando nos damos cuenta de que nuestro verdadero yo es la potencialidad pura, nos alineamos con el poder que lo expresa todo en el universo.

2. La ley del dar
El universo opera por medio de un intercambio dinámico...
Dar y recibir son aspectos diferentes del flujo de la energía en el universo. Y si estamos dispuestos a dar aquello que buscamos, mantendremos la abundancia del universo circulando en nuestra vida.

3. La ley del "karma" o **de causa y efecto**
Cada acción genera una fuerza de energía que regresa a nosotros de igual manera... Cosechamos lo que sembramos. Y cuando optamos por acciones que les producen alegría y éxito a los demás, el fruto de nuestro karma es también alegría y éxito.

4. La ley del menor esfuerzo
La inteligencia de la naturaleza funciona con toda regularidad. La inteligencia de la naturaleza funciona con toda facilidad... con despreocupación, con armonía y con amor. Y cuando aprovechamos las fuerzas de la armonía, la alegría y el amor, creamos éxito y buena fortuna con gran facilidad.

5. La ley de la intención y el deseo
Inmanente en toda intención y en todo deseo está el mecanismo para su realización... la intención y el deseo en el campo de la potencialidad pura tiene un infinito poder organizador. Y cuando introducimos una intención en el suelo fértil de la potencialidad pura, ponemos a trabajar para nosotros ese infinito poder.

6. La ley del desapego
La sabiduría de la incertidumbre reside en el desapego...
En la sabiduría de la incertidumbre reside la liberación del pasado, de lo conocido, que es la prisión del condicionamiento anterior.

7. Y en nuestro deseo de ir hacia lo desconocido, el campo de todas las posibilidades, nos entregamos a la **mente creativa**, que orquesta la danza del universo.

8. La ley del "dharma" o propósito en la vida
Todo el mundo tiene un propósito en la vida... un don o talento especial para ofrecer a los demás.
Y cuando combinamos ese talento único con el servicio a los demás,

experimentamos el éxtasis y el júbilo de nuestro propio espíritu, que es la meta última de todas las metas.

El método de Helena Hadsell

La suerte es como una muleta de goma:
te decepcionará cuando intentes
apoyarte sobre ella.
HELENA HADSELL

A la buena de Helena se la conoce como la "mujer que gana todos los concursos que ella quiere".
Para explicar su extraordinaria buena fortuna, ella dice: "no creo en la suerte y no creo en los accidentes. Yo proyecto mi objetivo en mi cabeza y luego no le doy nada más que energía positiva".
Sus conocimientos provienen de Norman Vincent Peale (ver arriba) del que nos da la siguiente cita:
"Puedes tener cualquier cosa que desees, siempre que sepas qué es y que te veas a ti mismo realmente teniendo esa cosa".
Se apoyó también en el tan conocido y divulgado Método Silva de Control Mental, del que hablaremos más abajo, al que conoció en sus inicios y de quien dice:

> "El hombre era tan sincero que mientras lo escuchaba hablar acerca del potencial de nuestra mente, supe que tenía que tomar su curso.
> «Estaba tan entusiasmada que no podía esperar a la siguiente tarde para comenzar su clase. Esa, mi querido lector, fue la mejor inversión que jamás haya hecho hasta la actualidad. Cuatro meses después de concluir con el Método Silva de Control Mental, tuve la oportunidad de aplicar las técnicas que me enseñó en una prueba máxima.
>
> También tenía tanto miedo a la muerte y la enfermedad que, para ser sincera, bien podría haber sido considerada como una neurótica. Al parecer, cada vez que escuchaba las experiencias de cirugía o dolor de alguien, yo las incorporaba a mi conciencia. Continuemos con el tema del accidente porque, ¡vaya si fui afortunada! Cuando sucedió, yo sabía cómo manejar la situación, gracias al programa de Desarrollo Mental.
>
> Una de las técnicas que se enseñaron en el curso servía para detener y controlar el sangrado al igual que el dolor.
> Inmediatamente ordené que se detuviera el sangrado, y se detuvo. En ese momento un médico hubiese dicho, y con razón, que nuestro cuerpo tiene un mecanismo de supervivencia que se activa y nos ayuda a reaccionar para sobrevivir.
>
> Estoy de acuerdo con eso, pero cuando uno tiene un gran poder de imaginación junto con temor, esto invalida cualquier respuesta o reacción fisiológica, y uno puede (y en muchas ocasiones lo hace) sangrar hasta morir, o morir del miedo causado por el pánico. Yo podría haber estado dentro de esas estadísticas de no haber sido por las técnicas del Método Silva, para detener la hemorragia».

De su propio libro *El juego de decidirlo y reclamarlo,* copio el que sería su método:

1. Tú haces tu propia suerte con actitud positiva.
2. Transformar el pensamiento negativo en positivo: utiliza una cinta elástica alrededor de tu muñeca y ajústala.
3. La vida es vibración, y lo que simbolizan esos estados de conciencia se unirá a nosotros. En otras palabras: "ponte en sintonía". Siente que serás rico y exitoso y enseguida recibirás un regalo o una gran cantidad de dinero.
4. Establecer una meta. Si sabes lo que quieres, puedes tenerlo.
5. Te sugiero que hagas este juego mental contigo mismo. Pregúntate "¿cuál es el objetivo más importante que deseo conseguir?".
Piensa en ello seriamente. ¿Es positivo, constructivo y creativo? Trata de imaginarte como si lo tuvieras. Visualiza cómo se siente tenerlo. ¿Cómo aquello cambiarrá tu modo de vida?
6. El deseo lo convierte en realidad.
7. Decides lo que quieres. Imaginas que lo tienes.
8. Sabes que lo tendrás.
9. HAZ QUE SUCEDA.
10. Lo que hace que suceda es la energía que diriges hacia ello. No confíes en la SUERTE.
11. Nunca hay que darle lugar a las dudas.
12. Puedes convencerte a ti mismo de lograr algo, repitiéndolo una y otra vez hasta que lo incorpores a tu pensamiento.
13. No te desalientes si quieres algo y no se vean los efectos rápidamente.
14. Recuerda que nunca hay un fracaso, sino una demora en los resultados.
15. Cosecharás lo que siembres.
16. Tú eres lo que crees.
17. Sé consciente de tu pensamiento. En el pasado, si pensabas: "yo no", cámbialo a: "¿por qué yo no?". Modifica la frase "no puedo" a "sí puedo".
18. Piensa de una forma constructiva y positiva: soy un ganador, lograré todos mis objetivos.
19. Cuanto uno más piensa y visualiza sus objetivos y deseos, más energía se dirige hacia el proyecto y rápidamente puede lograrlo.
20. Dibuja mentalmente un cuadro con lo que quieres. Dale la energía pensando en ello.
21. Cuando esto cruce por tu mente, y lo hará, nuevamente, mírate a ti mismo como si ya lo tuvieras.
22. Busca cosas emocionantes para que sucedan, porque lo harán.
23. Selecciónalo, proyéctalo, espéralo, recógelo (SPER).
24. Si tienes una meta o un deseo, consérvalo hasta conseguirlo.

“La mayoría de las personas nunca completan sus objetivos, sino que cambian antes hacia otra cosa.
Hace algunos años, tuve un sueño tan impactante que me fue imposible de olvidar. Yo estaba en un gran pasillo que estaba repleto de mercadería. Había autos, botes, ropa, muebles, electrodomésticos y televisores.
Había un hombre parado en la puerta como si estuviera esperando. Le pregunté a quién le pertenecían todas esas cosas, y su respuesta fue: “este es el lugar donde se guardan los sueños de la gente, el problema es que ellos abandonan y liberan la energía demasiado pronto, por lo tanto los almaceno. De vez en cuando algunos de ellos vuelven y reclaman sus sueños”.

El método de Mark Fisher

Mark Fisher (hubo otro escritor inglés con este mismo nombre) es el autor de *El millonario instantáneo* y *Atrévase a la diferencia,* en donde nos explica que una de las claves de la prosperidad es rodearse de personas que tienen prosperidad; y que las personas prósperas tienen en general pensamientos profundos que les permiten ir directos al corazón de las cosas. Así como que el éxito y la riqueza no son tanto el resultado de un plan racionalmente concebido, cuanto el producto de cultivar una actitud positiva ante la vida.
El secreto del éxito financiero yace, primordialmente, en la puesta en práctica de un método sencillo de autosugestión, que nos permita convertir nuestros anhelos en un programa de vida.
Debemos recordar constantemente a nuestro subconsciente cuál es nuestra meta, con el fin de que trabaje sin descanso en la consecución de la misma.

Los siguientes serían los principios

del plan a llevar a cabo

Principio 1. ESCRIBIR LAS METAS

La mayoría de las personas siente temor de pedir algo. Por lo general, lanzan indirectas o son poco insistentes. En cambio, los creadores de

riquezas saben exactamente lo que están buscando, pues han escrito de un modo claro y distinto cuáles son sus metas. Entienden que hay una relación directa.

Principio 2. EL CARÁCTER ES IGUAL AL DESTINO

La velocidad con la que las metas son logradas es proporcional a nuestro carácter. Mientras más poderosos sean nuestros pensamientos, más fuerte será nuestro carácter y con mayor celeridad lograremos nuestras metas. Hacernos con el control de nuestros pensamientos, a través de la autorrepetición.

Principio 3. LA VERDADERA FELICIDAD

¿En qué te desempeñarías si fueras millonario? ¿En qué gastarías tu tiempo si este fuera tu último día en la tierra?
Dedícate a algo que te apasione. De este modo, el trabajo se volverá una actividad emocionante.

Principio 4. LA TRANQUILIDAD ES LA MAYOR MANIFESTACIÓN DE PODER

ç
La tranquilidad es un resultado directo de la concentración dirigida. Cuando nuestra mente ha alcanzado un alto nivel de concentración en lo que estamos haciendo, obtenemos paz interna o tranquilidad. Viviremos más en el presente en la medida en que más nos concentremos en lo que estamos.

Principio 5. La ORDEN DE LA ROSA

La rosa ha sido históricamente un símbolo de la vida. Entenderemos esto cuando obtengamos control sobre nuestras mentes y profundicemos nuestra habilidad para concentrarnos. Cuando nuestras mentes se vuelvan lo suficientemente fuertes, los sueños y la realidad coincidirán.

Principio 6. EL DINERO ES SIMPLEMENTE LIBERTAD

El dinero es sólo un medio para conseguir un fin; no un fin en sí mismo. Nos da libertad para alcanzar nuestras metas. Alcanzamos nuestra libertad gracias a medios financieros que creemos poder alcanzar.
El dinero obedece la ley de la abundancia. Debe correr libremente para que se multiplique.

REGLAS DE ORO PARA LA PROSPERIDAD

1. A cada obstáculo, en cada fracaso, en cada infortunio o fallo por los que estés afligido, se encuentra en germen un beneficio superior. Un paso más y el logro está a tu puerta.
2. ¡Tú vales más de lo que piensas que vales! Tu juventud es una carta de triunfo.
3. Da el primer paso hacia tu realización.

Cada uno de tus pensamientos es un acto de seis reglas de oro para realizar tus sueños:

- Sé lo más preciso posible.
- Agrega el mayor número de detalles posibles.
- Figúrate ya en posesión de lo que deseas obtener.
- Deja de racionalizar al establecer tu objetivo.
- Recuérdate todas las noches antes de dormirte, tu objetivo, al menos tajantemente, 20 veces.
- Ahuyenta el miedo, que es tu peor enemigo: es el resultado de una pésima comprensión de la vida, y de la ausencia de autoestima.

4. Libérate del miedo.
5. ¡Da el primer paso! La eterna ley de la compensación.
6. ¡Quien más da, más recibe! El último secreto.
7. De día en día, desde todo punto de vista, soy cada vez más capaz, confiado, feliz y en buena salud. Para desarrollar tu confianza en ti, la mayor potencia.
8. Ayudar a los demás.

El método de Joseph Murphy

No hay virtud en la pobreza;
la pobreza es una enfermedad mental que debe ser borrada de la faz de la tierra.

Una de las razones por las que muchas personas no tienen dinero es porque silenciosa o abiertamente lo están condenando.
J. MURPHY

El Dr. Joseph Murphy (1898-1981) fue un ministro de la Iglesia de la Ciencia Divina y uno de los más prolíficos y famosos escritores del Movimiento del Nuevo Pensamiento durante el siglo XX.
De sus obras *Cómo atraer el dinero* y *El poder del subconsciente,* vamos a hacer un pequeño resumen que podría darnos la clave de su método mundano de éxito, si es que tuvo alguno que no fuera relativo a su condición de religioso.

He aquí una manera simple de crear una impresión en tu mente subconsciente con la idea de provisiones o riquezas constante: aquieta el movimiento de tu mente.

¡Relájate! ¡Vamos! Inmoviliza la atención. Entra en un estado mental adormilado, de ensueño, meditativo; esto reduce el esfuerzo al mínimo; luego, de forma relajada y tranquila, reflexiona sobre las siguientes verdades simples. Pregúntate a ti mismo: ¿de dónde vienen las ideas?, ¿de dónde la riqueza?, ¿de dónde vienes tú?, ¿de dónde han venido tu cerebro y tu mente? Te dirigirás a la Fuente Única.
Ahora te encuentras en una base espiritual para comenzar a trabajar, ya no será un insulto para tu inteligencia darte cuenta de que la riqueza es un estado mental. Toma esta pequeña frase; repítela lentamente durante cuatro o cinco minutos, tres o cuatro veces al día, en silencio, en especial antes de ir a dormir: “El dinero está por siempre circulando libremente en mi vida y todo el tiempo hay una provisión divina”. A medida que hagas esto de forma regular y sistemáticamente, a tu mente profunda se le comunicará la idea de la riqueza y desarrollarás una consciencia de la misma.

La **repetición vana y mecánica no tendrá éxito** para construir la consciencia de la riqueza. Comienza a sentir la verdad de lo que afirmas. Sabe qué estás haciendo y por qué lo estas haciendo. Sabe que tu ser más profundo responde a lo que conscientemente aceptas como verdad.

La conciencia de la riqueza
Al principio, las personas tienen dificultades económicas, no obtienen resultados con afirmaciones tales como: “soy rico”, “soy próspero”, “soy exitoso”, etc.; tales afirmaciones pueden hacer que su situación empeore. El motivo de esto es que la mente subconsciente aceptará, de dos ideas, la que sea dominante, o aceptará la predisposición o sensación que predomina.
Cuando dicen: “soy próspero”, la sensación de carencia es mayor y algo dentro de ellos dice: “no, eres próspero, estás quebrado”. La sensación de carencia es la que domina y entonces reciben más de lo mismo. La manera para que los principiantes superen esto es afirmar aquello con lo que la mente consciente e inconsciente estén de acuerdo; entonces no habrá contradicción.
Nuestra mente subconsciente acepta nuestras creencias, sensaciones, convicciones y lo que conscientemente aceptamos como verdad.

Por qué fracasan sus afirmaciones de prosperidad

Son muchas las personas a quienes oigo la siguiente queja: “Durante

semanas y meses he repetido constantemente: Soy rico, soy próspero y mi situación no ha cambiado".
Una persona me dio la clave de lo sucedido cuando me dijo: "He afirmado hasta el cansancio, 'soy próspero'; sin embargo, las cosas han empeorado. Reconozco que cuando hacía estas afirmaciones, sentía que no eran ciertas dadas las circunstancias en que me encontraba".
Examinando a fondo lo sucedido descubrí que cuando decían: "soy rico, soy próspero", sólo sentían estar mintiéndose a sí mismos.
Es indudable que todas estas afirmaciones fueran rechazadas por su mente consciente, obteniendo como resultado lo contrario a sus afirmaciones. Todas obstaculizaban la petición o súplica por cuanto su naturaleza indefinida implicaba una necesidad dudosa, sin convicción y sugerían la pobreza.
El subconsciente recoge la idea o afirmación dominante, sea verdadera o falsa. Los mejores resultados se obtienen cuando la afirmación se hace con naturaleza definida, específica, sin producir discrepancia o conflictos mentales. El subconsciente sólo acepta lo que se siente como verdadero, lo que se le presente como una convicción; nunca afirmaciones o ideas vagas y vacías.

Por qué no sucede nada
Quizá digas: "Oh, eso ya lo he hecho y no he obtenido ningún resultado". No obtuvo resultados porque con toda seguridad lanzó su plegaria o súplica y a los pocos instantes dejó llegar a su mente pensamientos de duda, temor o desconfianza, neutralizando así la respuesta a lo que usted había afirmado.

Cuando siembras una semilla no la vuelvas a
desenterrar, déjala arraigar y crecer

En vez de decir: "No podré pagar". Detente antes de decirlo y conviértelo en una frase constructiva diciendo:

"Día y noche prosperaré en todos mis asuntos".

La manera en que los hombres producen resultados notables es pararse frente al espejo; mientras se afeitan en tanto repiten durante cinco o diez minutos: "salud, riqueza y éxito". No dicen: "soy rico" o, "tengo éxito"; no crean oposición en la mente. Están calmos y relajados; así la mente está pasiva y receptiva; luego repiten estas palabras. Lo que sigue son resultados asombrosos.
Todo lo que hacen es identificarse con verdades que son eternas, inmutables y atemporales.
Siempre asegúrate especialmente de bendecir al otro y alegrarte por su prosperidad y su éxito; cuando lo haces te bendices y prosperas tú mismo.
Cada vez que tenemos resentimiento de otra persona o tenemos celos

o envidia de su riqueza o éxito, nos estamos robando a nosotros mismos. Antes de que el ladrón "externo" nos robe, primero tenemos que robarnos a nosotros mismos. Debe haber un ladrón interior, antes de que aparezca el ladrón exterior.
Regocíjate y estate contento por el progreso, el avance y la prosperidad de todos. Lo que sea que pidas como una verdad para ti mismo, pídelo para todos los hombres de todas partes.
Nunca trates de privar a nadie de ninguna alegría. Si lo haces te privas a ti mismo. Cuando a tu amigo leal le llega la suerte, ésta también llega para ti.
Si estás buscando saber sobre tus inversiones o estás preocupado por las acciones o los bonos, afirma tranquilamente:

"La inteligencia infinita gobierna y cuida todas mis transacciones financieras y lo que sea que yo haga, prosperará".

Haz esto de manera frecuente y verás que tus inversiones serán sabias; más aún, se te protegerá de la pérdida, ya que se te hará vender tus valores o participaciones antes de que se acumulen pérdidas.
La pobreza no es ninguna virtud, la pobreza es una enfermedad semejante a cualquier otro disturbio mental. No hemos nacido para vivir en un tugurio, vestir harapos o vivir con hambre. La pobreza es una enfermedad mental.

El método de Charles Haanel

Las vibraciones de las fuerzas mentales son las mejores y, por lo tanto, las más potentes de la existencia.

La ley de la atracción es la ley más grande e infalible de la que depende todo el sistema de la creación.
HAANEL

A Charles Haanel (1866-1949) algunos lo llaman también el Padre de la Ley de la Atracción. Ya se ve que esta Ley tiene muchas paternidades atribuidas.
Su obra más importante es *La llave maestra*. En ella nos promete aprender a:

- Usar el poder de la mente.
- Cultivar y desarrollar una comprensión que le permitirá controlar el cuerpo y la salud.
- Mejorar y fortalecer la memoria.
- Desarrollar la percepción y la sagacidad.

• Destruir la desconfianza, la depresión, el miedo, la melancolía y todas las formas de limitación.

La llave maestra
Es una enseñanza dada a la Humanidad para que conscientemente aprenda a utilizar la gran Inteligencia Cósmica y atraiga a su manifestación lo que corresponda a las ambiciones y aspiraciones de cada quien".

La creatividad espiritual
Tomamos una meta, imaginamos, visualizamos, materializamos, de eso se trata la creatividad espiritual. Establecemos una meta. Imaginemos. Vamos al futuro, donde ya está realizada.
Vemos nuestros proyectos en acción.

El secreto de la maestría
Todo pensamiento adquiere Forma y toda Forma es producida por el pensamiento. Igualmente la Forma se destruye a través del pensamiento.
Utilicemos la Imaginación Creativa para obtener sabiduría, salud, riquezas materiales, amor.
Visualicemos lo que buscamos, con un solo pensamiento en la mente.
El pensamiento o actitud mental predominante es el imán, y la ley es que lo semejante atrae a lo semejante, por consiguiente, la actitud mental atraerá invariablemente aquellas condiciones que se correspondan a su naturaleza.

El método de Control Mental de José Silva

El Método Silva es una forma de relajar el cuerpo y la mente y luego usar la frecuencia retardada de la onda cerebral y la actividad aumentada del cerebro derecho para producir algún resultado positivo. Algunos elementos que emplea Silva están ya en la obra *El conocimiento de sí mismo,* del psicólogo y farmacólogo francés Émile Coué, que fue también quien introdujo la psicoterapia por la autosugestión. De ahí la expresión que José Silva (1914-1999) toma de él de: "todos los días, bajo todos los puntos de vista, voy de mejor en mejor". Y que asimismo modificó la teoría del abad José C. Faria, proponiendo que, para que la autosugestión fluyera de la mente, uno tenía que alimentarla primero repitiendo palabras o imágenes sugestivas para la mente subconsciente y así condicionarla. Una vez condicionada la mente, esta es capaz de producir una respuesta acorde

a la condición sugestionada.
El uso del cerebro derecho es la clave. Porque el cerebro derecho está en contacto con el resto de la inteligencia del Universo que crea (la fuente creativa).
El Método Silva es impartido por multitud de instructores en diferentes países, desde hace años, en seminarios de fines de semana. Allí se aprende a entrar en el estado Alfa y, a partir de ahí, a obtener beneficios.
Está recogido en *Método Silva de Control Mental,* básico y *Método Silva de Control Mental,* graduados. Tras la muerte de José Silva, su creador, su hija Laura está poniendo al día y ampliando dicho método.
Es una programación mental para una mejor salud, como el de control de hábitos, memoria, intuición superior y productividad. Con él se pueden controlar costumbres, peso, sueño sin necesidad de medicamentos, dolor y muchas cosas más.
El Método Silva ha sido convalidado por los descubrimientos de los físicos que describen el espacio como un campo de inteligencia. Investigaciones realizadas con equipos de retroalimentación nos han permitido medir la actividad cerebral y mostrar los cambios que se producen durante la relajación en Alfa, otro hecho científico compatible con el Método Silva.

El método de Robert B. Stone

Robert B. Stone (1916-1999) escribió hacia 1978 *La magia del poder psicotrónico,* de donde saco el resumen que sigue a continuación. También escribió *La mente humana* y *La vida sin límites*. Colaboró con José Silva, con quien escribió al menos un par de libros más.
Es por eso que hay ciertas similitudes entre ambos.

Plan de actuación para tener la mente a tono con el espacio

- Relájese en una silla y respire profundamente.
- Imagine todas las impurezas saliendo de su cuerpo y conciencia con cada espiración.
- Piense en el espacio que hay por encima de donde usted se encuentra.
- Vaya a ese espacio inmediatamente; imagine que puede mirar hacia abajo y verse a sí mismo sentado en la silla.
- Siga su viaje por el espacio, más allá de la costa; salga del planeta, del sistema solar, de la galaxia.

• Sienta amor por esta galaxia y por todos los miles de millones de galaxias "de allá fuera".
• Regrese inmediatamente por el mismo camino, sabiendo que se halla en estrecha comunicación con el espacio.

Después de completar este Plan de actuación, ya está preparado para el "gran acontecimiento", un Plan de actuación que le permitirá lograr el consentimiento universal para obtener abundancia en su vida.

Plan de actuación para lograr más dinero

• Vaya a su "habitación especial" y siéntese bajo la claraboya.
• Proyecte su conciencia hacia el espacio exterior.
• Hable en voz alta con el espacio de forma razonable, describiendo de forma lógica.
• La naturaleza de su problema de dinero. Qué cantidad de dinero le ayudaría a resolver su problema.
• Qué haría usted exactamente con el dinero.
• Utilice las manos al hablar y visualice los puntos que vaya estableciendo en la "conversación".
• Prometa ofrecer un sacrificio en señal de sinceridad y respeto.
• Termine la sesión sabiendo que, en el momento del sacrificio, el dinero ya estará en camino hacia usted.
• Sacrifíquese haciendo uno o dos de estos tipos de acciones: saltarse una comida, hacer un donativo a una causa, dar de comer a unos pájaros o animales.

El método de Anthony Robbins

Anthony Robbins es uno de los más famosos técnicos de PNL y ha escrito libros fundamentales sobre el poder del pensamiento positivo, el éxito, etc., tales como *Poder sin límites, Controle su destino* y *Despertando al gigante interior*.
En el primero nos dice que "el éxito no se produce por casualidad. La diferencia entre las personas que ofrecen resultados positivos y las que no, no es un golpe de suerte afortunado. Existen unos patrones de acción coherentes y lógicos, unos caminos determinados hacia la excelencia, y están al alcance de todos nosotros.
Todos podemos hacer aflorar el poder mágico que albergamos. Sencillamente, hay que aprender a poner en marcha y utilizar nuestra mente y nuestro cuerpo de la forma más poderosa y provechosa".
También expone los siete mecanismos activadores básicos que pueden garantizarle el éxito, y que son:

1. La pasión

Todas esas personas han descubierto una razón que las consumen, les dan energía, casi les obsesiona y las impulsa a obrar, a progresar, a destacar.

Es la locomotora que tira del tren de su éxito poniendo en juego sus más hondas capacidades. Es la pasión lo que hace que uno madrugue y trabaje hasta altas horas de la noche.

Pasión es lo que quiere hallar la gente en sus relaciones; la pasión da vigor a la existencia y le confiere savia y sentido. No se alcanza la grandeza sin una pasión por ser y hacer algo grande; no importa si las aspiraciones son las de un atleta o las de un científico, las de un padre de familia o las de un hombre de negocios.

2. La fe

Todas las doctrinas religiosas de este planeta nos hablan del poder de la fe y de las creencias de la Humanidad. Son las creencias lo que distingue a quienes destacan en algo grande de quienes fracasan, ya que nuestra fe en lo que somos y podemos llegar a ser, determina con bastante exactitud lo que seremos. Si creemos en la magia, tendremos una vida mágica; si creemos que en la vida predominan las limitaciones, nos habremos puesto límites muy reales. Lo posible es aquello que nosotros creamos posible, verdadero o real.

3. La estrategia

La estrategia es la manera de organizar los recursos. Todo gran artista del espectáculo, político, padre de familia o patrono sabe que para triunfar no basta con los recursos; es preciso utilizarlos del modo más eficaz. Buscar una estrategia equivale a admitir que el talento y la ambición, por sobresalientes que sean, siempre necesitan encontrar un camino bien orientado.

4. La claridad de los valores

Cuando pensamos en lo que ha engrandecido a muchos países, se nos ocurren cosas tales como el patriotismo y el orgullo, la tolerancia y el amor a la libertad. Esos son valores: los juicios fundamentales de orden ético, moral y práctico que formulamos acerca de lo que realmente importa. Los valores son sistemas de creencias que nos sirven especialmente para juzgar lo que está bien y lo que está mal en nuestras vidas; son nuestros juicios acerca de lo que vale la pena. Muchas personas no tienen una noción clara de lo que es importante para ellas.

A menudo los individuos hacen cosas por las que luego se sienten descontentos de sí mismos, sencillamente porque no tienen claro lo

que inconscientemente creen que está bien para ellos y para los demás. Cuando contemplamos a los grandes triunfadores vemos que casi siempre son personas con un gran sentido de lo que fundamentalmente les importa en realidad. Una comprensión clara de los valores es una de las claves más exigentes, y al propio tiempo más gratificantes, para alcanzar la excelencia.

5. La energía

Puede ser la entrega total y jubilosa o el dinamismo empresarial o la vitalidad. A la excelencia difícilmente se llega paseando a ritmo demasiado sosegado. Los triunfadores se apoderan de las oportunidades y les dan forma. Viven como obsesionados por las maravillosas ocasiones de cada día, convencidos de que lo único que no le sobra a nadie es el tiempo.

En el mundo son muchos los que tienen una pasión en la que creen a ciegas, conocen la estrategia que les permitiría satisfacerla, y tienen un orden claro de valores, pero simplemente carecen de la vitalidad física que necesitarían para actuar como ellos saben. El triunfo a lo grande es inseparable de la energía física, intelectual y psíquica que se necesita para sacar el máximo de nuestras posibilidades.

6. Poder de adhesión

Casi todos los triunfadores tienen en común una extraordinaria capacidad de adhesión, es decir un talento para conectar y establecer relaciones con las demás personas, cualesquiera que sean sus orígenes sociales y sus creencias.

No digo que no pueda darse a veces un genio solitario, inventor de algo capaz de cambiar el mundo; pero si el genio se pasa toda la vida en confinamiento solitario, habrá triunfado en un aspecto pero fracasado en otros muchos. Los grandes triunfadores tienen siempre la cualidad de crear lazos que les unen con millones de contemporáneos.

El mayor triunfo no sucede en los escenarios del mundo, sino en los repliegues íntimos del corazón. Y en el fondo, todos deseamos establecer relaciones duraderas de afecto con otros, pues sin ellas cualquier éxito o cualquier excelencia nos parecerían hueros y vacíos.

7. Maestría en las comunicaciones

Es el modo en que nos comunicamos con otros, y el modo en que nos comunicamos con nosotros mismos, los que determinan en último término la calidad de nuestras vidas. Las personas que tienen éxito son las que han aprendido a aceptar cualquier desafío que les presente la vida y a comunicar esa experiencia consigo mismos de tal manera que logran cambiar las cosas a mejor.

Las personas que fracasan se resignan ante las adversidades de la vida y las asumen como limitaciones. Las gentes que conforman y moldean

nuestras existencias y nuestras culturas son también maestras en comunicarse con los demás. En todos ellos hallamos la capacidad de transmitir una visión, una búsqueda, una alegría o una misión. El dominio de las comunicaciones es lo que hace a los grandes padres, los grandes artistas, los grandes políticos y los grandes maestros. La mente humana es un supercomputador que obedece las instrucciones que se le introducen.
¿Y cuáles son esas órdenes? ¡Son los pensamientos!
Anthony Robbins, después de estudiar el subconsciente de más de 100.000 personas, descubrió que los triunfadores y los millonarios mantienen, en sus pantallas mentales internas, imágenes enormes, asociadas, chillonas y coloridas de sus logros, sus éxitos y sus objetivos.
Todas estas personas piensan continuamente en lo que quieren, lo visualizan continuamente dentro de ellas mismas "soñando" con cada éxito dentro de su cabeza.
Sin darse cuenta, estas personas están ordenando a sus mentes que alcancen el éxito y traiga a sus vidas esas cosas tan maravillosas. ¡Y la mente les obedece! Estos triunfadores apenas recuerdan sus fracasos como una pequeña foto vieja, gastada y en blanco y negro. Así centran toda su atención en lo que quieren conseguir.

En *Despertando al gigante interior,* plantea un desafío mental de 10 días con las siguientes reglas del juego:

REGLA 1. Durante los próximos diez días consecutivos, niéguese a tolerar cualquier clase de pensamientos o sentimientos limitadores. Niéguese a hacerse cualquier pregunta limitadora, o a utilizar cualquier vocabulario o metáforas desvitalizadores.

REGLA 2. Cuando se descubra empezando a enfocar la atención sobre lo negativo (y no le quepa la menor duda de que lo hará), tiene que utilizar inmediatamente las técnicas que conoce para volver a dirigir el enfoque de su atención hacia un mejor estado emocional.
Utilice específicamente las preguntas que solucionan problemas como primera línea de ataque. Por ejemplo: "¿Qué hay de grande en esta situación? ¿Por qué no es perfecta todavía?". Recuerde que, al hacerse una pregunta como la segunda, está presuponiendo que las cosas serán perfectas en algún momento. Eso será suficiente para cambiar su estado de ánimo. Además, durante los diez próximos días, prepárese cada mañana para el éxito. Eso le permitirá enfocar cada día la atención en la dirección de establecer pautas mentales y emocionales capacitadoras. Por la noche use las
preguntas de poder de la noche, o cualquier otra clase de preguntas que le sitúen en un gran estado de ánimo antes de dormir.

REGLA 3. Durante los **diez próximos** días consecutivos, asegúrese de que solo enfoca su atención en la vida sobre soluciones, no sobre problemas. En cuanto distinga un posible desafío, enfoque la atención inmediatamente en cuál puede ser la solución.

REGLA 4. Si retrocede, es decir, si tolera o se solaza con pensamientos o sentimientos limitadores, no se castigue por ello. Eso no plantea ningún problema, siempre y cuando cambie usted inmediatamente. No obstante, si continúa tolerando o solazándose con pensamientos o sentimientos limitadores durante un período de tiempo prolongado, debe esperar hasta la mañana siguiente y volver a empezar el período de diez días desde el principio. El objetivo de este programa consiste en pasar diez días seguidos sin tolerar o abrigar ningún pensamiento o sentimiento negativos. Este proceso de vuelta a empezar tiene que producirse sin que importe la cantidad de días seguidos que haya logrado cumplir la tarea impuesta.

El método de Wayne Walter Dyer

Consciencia de prosperidad

Wayne W. Dyer era un estupendo orador y divulgador del pensamiento positivo y autor de libros de gran éxito, como Tus zonas erróneas, *Tus zonas mágicas, El Poder de la intención, Construye tu destino* y *El cielo es el límite*, entre otras, y de las que ha vendido millones de ejemplares. De ellas entresaco lo siguiente:

> «Librarse de una conciencia de penuria significa cambiar las imágenes interiores que reflejan carencia en tu vida. Tienes ya todo cuanto necesitas a fin de experimentar una vida de prosperidad. Esta es, primero y sobre todo, un juego mental. La componen una serie de creencias invisibles e interiores que llevas contigo. Debes de saber que tienes ya cuanto necesitas; no te falta nada para lograr prosperidad en tu vida».
>
> «Pon mucha atención a la siguiente historia: Un hombre andrajoso, que parecía no poseer nada en un sentido material, se acercó a un capataz y dijo: ¿Puede ayudarme? Necesito trabajo. Muy bien –dijo el capataz– coja esa piedra grande y hágala rodar por la cuesta arriba y abajo. Si lo que necesita es trabajo, eso bastará a sus necesidades.
> No me entiende –dijo el hombre–, lo que necesito en realidad es dinero.
> ¡Ah! –contestó el capataz– si se trata de dinero, aquí tiene cincuenta dólares. Pero no puede gastarlos.
>
> El hombre se quedó de nuevo perplejo.
> No me entiende, lo que necesito en realidad es comida y ropa.
> Si está seguro de que eso es todo lo que necesita –contestó de nuevo el capataz– puede gastar el dinero en comida y ropa, pero no podrá comer la comida ni usar la ropa.

El hombre se vio obligado a ver que lo que realmente necesitaba era una sensación de seguridad, paz y satisfacción interior. Todo ello es invisible y todo está dentro de su pensamiento; allí está todo el sustento divino.

Nos han hecho creer que las cosas materiales constituyen la realidad y son las que nos proporcionan lo que necesitamos, cuando, de hecho, son simplemente más materia, hecha de más espacio invisible. Lo que necesitas lo tienes ya, y cuando sabes esto y entras en tu interior y lo creas en tu mente, el sustento divino que buscas en forma de cosas materiales o de dinero se manifestará en cualquier cantidad que necesites.
Debes crear en ti este nuevo sentimiento interior y confiar en la magia del creer. Tus creencias son tuyas, tienen su origen en ti y son lo que utilizas (y lo único que puedes utilizar) para crear las circunstancias de tu realidad física.

Confía en el poder de tu mente, en esa guía divina que está fácilmente a tu disposición, y habrás alcanzado el primer paso hacia la manifestación del milagro de la prosperidad en tu vida».

El método del Dr. Ignacio González (Maestro Fénix)

Me resulta muy difícil presentar a este personaje. Si es cierto todo cuanto él dice en sus cursos y escritos, estamos ante el ser humano más extraordinario que haya existido nunca sobre este planeta, o casi. Repito, nunca.

Él se presenta de la siguiente manera:

«Soy el Dr. Ignacio González de Arriba, y en Internet se me conoce bajo el sobrenombre de "Maestro Fénix". Mi libro, *El Manual Samurái,* ha superado los 40 millones de copias generando un nuevo concepto de ver el *e-commerce* como una filosofía de vida basada en el honor, la honradez, la honestidad y la buena voluntad. Soy técnico profesional de grado superior en Telecomunicaciones y en Informática, siendo el primero de la primera promoción en España (Europa). Soy sacerdote cristiano, tengo un doctorado en Estudios Bíblicos (California, USA) y he obtenido el diploma de "Doctor of Divinity", el máximo grado que se puede obtener en estudios sobre religión.
También soy hipnólogo clínico y ejerzo como terapeuta en Gijón (Principado de Asturias, España).
Desde el año 1995 vengo enseñando cómo se hacen negocios por Internet, he trabajado para empresas europeas, de Estados Unidos y japonesas. Desde ese año, he formado personalmente a más de 500.000 profesionales por medio de seminarios e Internet. Por realizar ese trabajo he obtenido contratos que superaron el millón de dólares mensuales.
La cifra total de profesionales de Internet cuyo trabajo ha sido influido por medio de mis libros y filosofía, supera los 50 millones. Este es un resumen de mi carrera profesional desde al año 95, sin embargo, el 15 de febrero del año 2000 ocurriría algo en mi vida que cambiaría totalmente mi forma de ver las cosas.
Ese día, a las 14:00 sufría un ataque al corazón que me mantuvo "clínicamente muerto" durante 20 minutos. Al "despertar" mi forma de ver la vida había cambiado totalmente. Me di cuenta de que yo tenía unos conocimientos que la gente "normal" necesitada, así que rompí los contratos millonarios que en ese

momento tenía con compañías de Nueva York y Londres para dejar ese conocimiento al alcance de esos cientos de millones de personas que tanto lo necesitan.

Ese acto me dejó totalmente arruinado, con solo 20 $ en el bolsillo. Sin embargo yo disponía de algo mucho más importante que el dinero, disponía de los conocimientos de cómo generar cantidades masivas de dinero por Internet, y estaba dispuesto a compartir ese conocimiento con todo el que lo deseara. Así que me puse a trabajar en el proyecto más excitante que jamás he conocido, "Market 2000". Después de mucho trabajo, el 5 de julio del 2000 abría sus puertas "Market 2000" como empresa legalmente asentada, en el momento de la apertura, sus acciones valían un total de solo 3000 dólares americanos. Sólo cinco días después "Market 2000" ya contaba con un total de 5000 teletrabajadores, y las oferta de compra por "Market 2000" superaron los 7 millones de dólares.

Con mi tecnología podrás acceder al 100% de tu mente y podrás alcanzar esa vida que has soñado. Descubrir esta tecnología me ha llevado años de estudio e investigación. He tenido que invertir millones y arriesgar mi propia vida en repetidas ocasiones».

Las capacidades personales de que dice disponer y que enseña en sus cursos son extraordinarias, como regenerarse un órgano, hacer que no sientas dolor en algún órgano (nada nuevo, pues Silva, el doctor Escudero, etc., ya lo practican), rejuvenecer (su aspecto físico era el de una persona joven, casi con exageración, y no de una madurez que es lo que cabría esperar), parar un coche en marcha con un pierna, autocurarse de cualquier enfermedad, 'resucitar', jugar a la bolsa ganando todo lo que quiera, hacer millonarias a muchas personas y un largo, largo etcétera, de cosas extraordinarias que dejarían pálido al mismísimo René Mey.

Dice que el "truco" está en tu mente. En tu subconsciente. Ahí dentro tienes las llaves para alcanzar un poder casi ilimitado.

Dice Fénix que todos los seres humanos, nacemos con las mismas **7 estrategias naturales,** que actúan como respuestas inconscientes –ya que están alojadas[135] en el mismo subconsciente– a cualquier estímulo externo. Todos poseemos esas 7 estrategias naturales en la misma medida, pero luego les damos una forma u otra, dependiendo de nuestras estrategias mentales adquiridas y, dependiendo de la forma que les demos, obtenemos unas cosas u otras.

Así pues, en realidad no existe ni **éxito** ni fracaso, sino simplemente **resultados**, los que nos dan nuestras estrategias mentales adquiridas. Si esas estrategias mentales son las adecuadas, nos darán aquello que deseamos. Y, si no, nos darán cosas que nos perjudican.

Una persona no obtiene lo que desea, sino lo que es suyo por derecho propio, el derecho que le dan sus estrategias mentales. Unas estrategias dan derecho a unas cosas y otras a otras.

Así pues, lo único que tienes que preguntarte es: "¿qué deseo?", y luego cambiarte a ti mismo, para que tus estrategias mentales sean aquellas que te permitan obtener aquello que deseas. Es decir, ¡tienes

que adoptar las estrategias mentales que te den el derecho de obtener lo que deseas! Y estas son:

1. **Sexualidad**.
2. **Salud.**
3. **Riquezas, sabiduría.**
4. **Amor.**
5. **Relaciones.**
6. **Poderes psi.**
7. **Fe.**

Estas estrategias naturales que todo ser humano posee en principio, son una energía que hay que transformar para que le sean útiles. Para ello debe pasar por las estrategias mentales que se encargarán de hacerlo.

La adopción de unas u otras darán unos u otros resultados: más o menos positivos o negativos.

El ser humano, por naturaleza, desde que nace hasta que muere sufre un continuo proceso de evolución en búsqueda continua de la felicidad. Hay seres humanos que emprenden el camino inverso, involutivo, regresivo o dependiente. Quizá la explicación la dé el hecho de que las estrategias mentales que adquieren son de lo más inadecuadas, cuando no nefastas.

Los estados de la mente

1. De pánico o agresivo que se refleja en el miedo, la indefensión, etc., es de predominio simpático (nervioso) y quien se halla en este estado desea conseguir las cosas a la fuerza, como sea, chillando, pataleando, etc., el raciocinio está totalmente descartado, por eso es un estado primitivo y más propio de bebés o seres muy poco evolucionados. Los adultos que lo padecen son, más bien, infelices, viven en estado continuo de agresión, crítica, malestar, nervios, etc.

2. Pasivo dependiente, que consiste en querer conseguir las cosas despertando pena, compasión, etc. La estrategia del bebé o del niño lo refleja acusando a sus padres de no quererle, por ejemplo. Esto es muy autodestructivo sobre todo en adultos, porque es como esperar la 'sopa boba', en vez de esforzarse en conseguir las cosas deseadas.

3. Eficiente-perfeccionista. Es la estrategia mental de la ortografía aplicada a todo en la vida. Es adaptarse a unas reglas fijas y excluyentes y carecer de toda creatividad e iniciativa. En el niño esa etapa suele devenir en "apariencias" de cumplir lo establecido y así conseguir lo que desea, no ser castigado, etc. En la adultez deviene en aparentar que se hace, que se tiene, que se cumple, etc. En definitiva en una rigidez paralizante.

Este estado llevado al extremo, puede producir el que se podría llamar Síndrome Fóbico de la Ortografía (SFO)[136].

4. Eficaz. Se basa en la igualación y es, por tanto, un estado de madurez, responsable y eficaz. Se trata de tener la imagen de lo que se quiere ser y poseer. A diferencia de los estados anteriores, el eficaz no depende de nadie, además de tener la capacidad de conseguir muy buenos resultados, cosa que con los otros estados anteriores no se consiguen.

5. De Poder. Saber lo que se desea y conseguirlo.

6. Otros.

EL CAMINO HACIA EL ÉXITO

• **Quema las estrecheces de tu mente**. Es decir, escribe y quema aquellas cosas negativas de tu vida y personalidad que no te gustan y fusiona aquellas subpersonalidades que te frenan. De esta forma romperás los muros que te limitan en tu vida.
• **Escribe lo que deseas y fija una fecha para conseguirlo**. Naturalmente hemos de escribir qué deseamos para cada una de las 7 estrategias naturales, pues sólo así podremos alcanzar un éxito completo.
• **Visualiza que ya has alcanzado el éxito**. Incluye en la visualización todo el amor por tu familia, incluye todo el deseo ardiente que tienes de poseer esas cosas, incluye la fe de alcanzarlo. Hazlo para aumentar tu producción de ondas alfa al máximo y que la orden sea completa.
• **Repite la visualización 3 veces al día**. Así alcanzarás el 82% del éxito.
• **Ponte en acción**. Con el paso anterior ya alcanzaste el 82% del éxito. Sólo te falta un 18% más. ¡Eso que visualizas será realidad en tu vida!
¿Cómo comenzar a aplicar ese 18%? ¡Aplica la **ley de la cosecha**! Comienza ahora mismo a sembrar lo mismo que quieras cosechar. Para recibir el amor, siembra tiempo y amor. Para hacerte millonario siembra tiempo y dinero. ¡Así con cada una de tus **7 estrategias naturale**s!
• **Persiste hasta alcanzar el éxito**. No te rindas con tu primer fracaso. ¡Sigue buscando más y más oportunidades! Pues si la cosecha no es lo suficientemente amplia, quizás necesites aprender a sembrar mejor. Quizá lo que necesitas es obtener una estrategia mental mejor. Aprende de tus errores y comienza de nuevo desde el primer paso: quema lo que no te gusta, reafírmate en tus objetivos, haz una mejor visualización con una mayor producción de ondas alfa (una mayor cantidad de **amor**, **fe** y **entusiasmo**). Repite la visualización con más constancia en tu vida y ponte en acción. Siembra más y mejor.
• **Disfruta**. Consigue que cada paso sea un juego, algo divertido, algo con lo que disfrutes y que te entusiasme. Así disfrutarás tanto del camino, como del objetivo.

Cuando tú poseas el poder del acceso a tu subconsciente, entonces podrás entrar en tu subconsciente, en ese 99% dormido, y entrarás de una forma muy parecida a como si entraras a un edificio.
De hecho, este poder es muy sencillo, ¡pero es el más poderoso e importante que jamás podrás aprender!
El poder consiste en que simplemente te tumbas sobre una cama y bajas tu mente a una frecuencia de 4 Hz y pasas a ejecutar las instrucciones que yo te habré dado[137]. Como resultado, "apareces" dentro de un edificio de 7 plantas. Cada planta corresponde a una estrategia natural (sexualidad, salud, dinero, amor, empatía, poderes PSI y fe). En cada planta tienes 7 habitaciones. En cada habitación tienes 7 "gemas".
Gracias a este poder, tú habrás alcanzado un "estado ampliado de la mente" con el que podrás moverte por tu subconsciente igual que si tú estuvieras teniendo un "sueño muy real". Pero siendo tú totalmente consciente en todo momento.
¿Alguna vez has tenido un sueño "tan real" que mientras lo tenías no sabías distinguir ese sueño de la realidad?
Así de "real" podrás pasearte por tu subconsciente. Simplemente te tumbarás, activarás el poder del acceso a tu subconsciente, y pasarás a estar "dentro" del edificio que es tu subconsciente. Te podrás pasear por dentro de él, tocar las

paredes, escuchar el sonido de tus pasos, ver las películas que hay dentro de las gemas, y en todo momento mantendrás el control, permanecerás consciente y sabrás que estás dentro de tu subconsciente.
Como resultado, con este poder tú entrarás en ese "edificio" que es tu subconsciente, irás a la planta que desees, a la habitación que quieras y te podrás dirigir directamente hacia la gema que controla ese aspecto concreto de tu vida.
Una vez "delante" de la gema, podrás "ver" la película que la gema contiene. Y si no te gusta, ¡podrás cambiar esa película!
Esto significa que tendrás un pleno control sobre todos los aspectos de tu vida».

El método de Lair Ribeiro

La suerte no existe, es la disculpa de quien culpa de todos sus males a la mala suerte.
LAIR RIBEIRO

Lair es médico especialista en cardiología. Trabajó como investigador en la Universidad de Harvard y en Houston. También es profesor asociado en la Universidad Thomas Jefferson de Filadelfia. Se graduó en el Instituto de Lingüística de Nueva York y el Instituto del Cerebro de Colorado. Escribe libros de autoayuda de gran éxito.
Al igual que Robbins, su método se basa en la PNL. La obra en que expone pormenorizado su método para alcanzar la **buena suerte** o éxito se titula: *El éxito no llega por casualidad.* De la misma extraigo los 18 principios o leyes básicas del éxito:

Las 18 leyes universales del éxito

1. APRENDER CON EL UNIVERSO. El Universo es pura inteligencia y maestro entre maestros; está regido por Leyes que, incorporadas a nuestra estructura psicológica, nos permitirán alcanzar el éxito y la sabiduría. Hay un único camino que rorrer: aprender a pensar de un modo adecuado.
2. LEY DEL AUMENTO. Aprender a enfocar. Todo aquello en lo que uno se concentra, tiende a aumentar: si se concentra en sus limitaciones, estas crecerán proporcionalmente a la energía empleada.
3. VISUALIZACIÓN Y EXPERIENCIA. Dos caras de una misma moneda. Toda creencia, una vez establecida, tiende a perpetuarse. La visualización es un recurso esencial para la instalación de las experiencias en el sistema nervioso. Cuando una visualización se realiza bien, al cerebro no le importa saber si aquello ha sucedido en el mundo físico o sólo en la imaginación.
4. Disonancia cognitiva. Fuerzas antagónicas que generan conflicto. Las situaciones de conflicto interior generan una pérdida de energía vital.

5. Verse implicado y comprometerse. La diferencia que marca la diferencia. El Universo es nuestro aliado si sus metas coinciden con las nuestras. La osadía positiva trae consigo algo mágico, sublime y poderoso.

6. Una, dos y tres. Un hecho aislado no puede establecer una tendencia; pero si el hecho se repite, la tendencia puede establecerse. Tener conciencia de ello ayuda a actuar con prudencia.

7. Escasez y abundancia. La elección depende de la percepción. En el Universo hay abundancia para todos y esta es algo a lo que todo el mundo tiene derecho. El hambre y la miseria, sinónimos de carencia, son incongruentes con la naturaleza.

8. Amor incondicional. La emoción sobrepasa la razón. El miedo es siempre un problema, el amor es siempre una solución.

9.Atracciónce n acción. Confirmar la semejanza. Solo se consigue atraer lo que ya se posee, y esto también es válido para el éxito y el amor.

10.Paradoja universal. Aceptar lo inaceptable.

El verdadero cambio interior se produce cuando aceptamos a los demás tal como son y a nosotros mismos tal como somos.

11.Trascendencia y libre albedrío. La elección de ser libre. Los seres humanos tenemos la capacidad de trascender, es decir, de superar una situación y comenzar de nuevo a partir de ella.

12.Agradecer y arriesgar. Gratitud y prosperidad. Debemos agradecer aquello que tenemos y nos gusta; el Universo continuará proporcionándonoslo.

13. Manifestación física. Cuando la mente actúa como co-cre adora. Todo lo que existe en el Universo físico surgió primero en la mente. El pensamiento es energía y la energía sigue al pensamiento. Los pensamientos generan sentimientos y estos provocan comportamientos que tienen consecuencias en el mundo físico.

14. Sinergia. Hacer más con menos. El Universo está construido sinérgicamente. Siempre que dos o más cerebros se reúnen con espíritu de cooperación y esfuerzo, comunicándose y dejando fluir la intuición, se manifiesta este fenómeno natural.

15. Armonía armónica. La ley de las leyes. La Armonía es la esencia de la existencia. Procure armonizar con todo y con todos en su entorno: con el ritmo del tiempo y con usted mismo.

16.Evolución y más evolución. La dinámica universal. La evolución es la finalidad básica del Universo y los acontecimientos siempre tienen una razón de ser. Lo que nos sucede es por y para nuestro bien (espiritual más que material).

17.Unidad sin complejidad. El éxito del Universo y el propio personal son consecuciones indisociables.

18. Conocimiento y sabiduría. La inteligencia al servicio del Ser. La

sabiduría es el uso inteligente del conocimiento, consciente o inconsciente. Quienes sean capaces de una profunda reflexión interna descubrirán los secretos del Universo.

El método del Dr. Bonomi

El doctor Bonomi es un pionero en la Ley de la Atracción.
Según dice en su página web, es el autor original de *El Secreto,* pues en el año 1987 escribió el primer libro sobre *El Secreto,* con el nombre de *Bienvenido al éxito,* reconvertido después del éxito de la película y el libro *El Secreto* de Rhonda Byrne, en *El Secreto de la lámpara mágica.* Pero ya nada cambió su destino. Había que ponerse al día, evidentemente. De ahí el cambio del título, había que ponerse al día, pero ya no se acuerda de él ni apenas el mismísimo Google.
Bueno, pues hemos rescatado algunas de sus opiniones.
Dice que **el pensamiento positivo** es la base de la actitud saludable y de una vida exitosa. Y que los ricos piensan diferente. Eso y lo que sigue, ya lo habíamos oído.
Un resumen de cuanto dice, sería:

LA MATRIZ DE LA ABUNDANCIA

- El poder volverse rico no depende de cuánto dinero tenga, cuántos estudios haya cursado, cuánta suerte tenga, cuánto trabaje o cuál sea el rubro en el que trabaja.
- Depende de cuál sea su matriz de abundancia y cuál su termostato financiero.
- Todos tenemos una matriz de abundancia y un termostato financiero grabados desde la niñez dentro de nuestro subconsciente y, haga lo que haga, usted llegará a ser tan rico como su matriz y termostato le permitan.
- Si su matriz de abundancia y su termostato financiero no están ajustados a grandes niveles de abundancia, no importa cuánto se esfuerce ni qué haga, que nunca logrará volverse rico.
- Y, si por un golpe de suerte, llega a usted una cantidad superior de la que su matriz puede soportar, tan rápido como la reciba la terminará perdiendo.
- Pero la parte buena de esto es que ni la matriz de la abundancia ni el termostato financiero son fijos.
- Usando *El Secreto* usted puede expandirlos tanto como desee. Y para poder hacerlo, solo debe saber cómo se han formado y qué es lo que debe hacer para modificarlos.
- Tener la capacidad para adquirir y contener...
- Estar en el lugar y el momento adecuados, además de ser la persona adecuada.

EL TERMÓMETRO FINANCIERO

- El 95% de la gente jamás disfruta de la libertad e independencia

económicas que les gustaría tener (viven solo el mundo visible).
• La falta de dinero no solo es un problema, puede ser un síntoma.
• Es imprescindible programar el subconsciente.

11 PASOS PARA DESPERTAR EL GENIO FINANCIERO

1. Se necesita una buena razón para ser rico.
2. Se necesita creer que es posible.
3. Aprender de los pobres y de los ricos.
4. Dominar formas de ganar dinero.
5. Páguese primero a sí mismo (tomado de Clason).
6. Pague bien a sus asesores.
7. Programe su subconsciente.
8. Concentre su energía en su fortuna neta.
9. Leer sobre millonarios.
10. No culpar, no justificarse y no quejarse.
11. Agradecer lo que se tiene y dar lo que desee recibir.

El método Sedona

HALE DWOSKIN – LESTER LEVENSON

Dice J. Canfield que "el Método Sedona es una forma muy rápida de liberarse de sentimientos como la ira, la frustración, los celos, la ansiedad, el estrés y el miedo, además de muchos otros problemas, incluso del dolor físico con el que prácticamente todos batallamos en un momento dado".
El Método Sedona es una técnica desarrollada por Hale Dwoskin basándose en las enseñanzas de Lester Levenson (1909-1994).
Todo empezó cuando a Lester le diagnosticaron una enfermedad terminal del corazón y le dieron solo un par de meses de vida.
En 1952, a sus 42 años, Lester, físico y gran emprendedor, estaba en la cima del éxito mundano, pero era un hombre infeliz y de muy mala salud. Tenía muchos problemas, entre ellos depresión, hígado inflamado, cálculos renales, arranques de ira, hiperacidez y unas úlceras que le habían perforado el estómago, con las correspondientes lesiones.
Tan mal estaba que, después de su segunda trombosis coronaria, los médicos lo enviaron a su casa para que pudiera morir en paz.
Ante esta situación, Lester comenzó a dejar ir todos los malos sentimientos, dolor, resentimiento, odio, enojo, temor y demás sentimientos negativos de una manera metódica y práctica.
Después de 3 meses de hacer esto sin parar, Lester Levenson recuperó su salud y siguió viviendo una vida fructífera durante todavía unos 40

años más, después de su terrible diagnóstico.
El Método Sedona ha ayudado a miles de personas alrededor del mundo a liberarse de la carga emocional, de los malos sentimientos y de todo tipo de malestar emocional, los cuales ahora que conocemos la ley de la atracción, sabemos que son los que nos impiden ser felices.

Aquello en lo que nos enfocamos es lo que creamos. Si por ejemplo, somos contrarios a una guerra, una revolución o un padecimiento, y nos enfocamos en ello todo el día, estamos añadiendo más energía al conflicto. Estamos utilizando la fuerza y eso sólo crea más resistencia.
El Método Sedona es una manera rápida, fácil y sencilla de "liberar".

¿Qué significa liberar?

En el Método Sedona se enseñan tres formas de 'liberar' o 'dejar ir' sentimientos no deseados.
La primera consiste en simplemente elegir soltarlos. No te dejes engañar por la simplicidad de este proceso, puesto que es muy poderoso y efectivo, y se puede utilizar en cualquier momento y lugar.
Por ejemplo: toma un bolígrafo, un lápiz o cualquier otro objeto que puedas dejar caer al suelo sin romperse.
Ahora, agárralo con fuerza e imagina que es uno de tus sentimientos limitantes y que tu mano es su consciencia.
A continuación, abre la mano y mueve el objeto.
Comprueba que eres tú quien lo está sujetando y que no está pegado a tu mano.
Normalmente nos agarramos a nuestros sentimientos y nos olvidamos de que lo estamos haciendo. Aparece incluso en nuestro idioma. Normalmente no decimos: 'Me siento enfadado' o 'Me siento triste', sino: 'Estoy enfadado' o 'Estoy triste'.
Sin darnos cuenta, estamos diciendo que somos nuestros sentimientos.
A menudo pensamos que estamos agarrados a ellos, pero esto no es cierto. En realidad, siempre podemos mantener el control, pero no lo sabemos.
Ahora, suelta el objeto.
¿Qué ha sucedido? Has soltado el objeto y este ha caído al suelo.
¿Te ha resultado difícil? ¡Por supuesto que no! Esto es lo que significa liberar. Es posible hacer lo mismo con cualquier cosa que sintamos.
Siguiendo con la misma analogía, si anduviéramos con la mano abierta, sería difícil sujetar el bolígrafo.
Cuando aceptamos o damos la bienvenida a los sentimientos, abrimos nuestra conciencia y permitimos que desaparezcan por sí mismos, como las nubes que cruzan el cielo.
Recuerda esta analogía mientras analizamos juntos el proceso. Con la ayuda de la siguiente descripción podrás utilizar el proceso tú mismo.

Este proceso te resultará cada vez más útil a medida que lo apliques en la vida diaria. En realidad, para obtener el máximo beneficio del curso es necesario practicarlo tanto como sea posible. Cuanto más lo utilices, más beneficios obtendrás.

PRIMER PASO

Piensa en el asunto que deseas resolver y siente cualquier cosa que surja en este momento. Puede que esto te parezca simplista, pero es necesario que lo sea.
La mayoría de nosotros vivimos pensando en el pasado o en el futuro, en lugar de ser conscientes de cómo nos sentimos ahora. El único momento en que podemos realmente cambiar el modo en que nos sentimos (o lo que sea) es ahora.
No es necesario que nuestros sentimientos sean intensos para poder liberarlos. En realidad, si te sientes entumecido, apático, insensible, aislado o vacío en tu interior, puedes soltarlo tan fácilmente como otros sentimientos más reconocibles.
Hazlo lo mejor que puedas. Cuanto más trabajes con este proceso, más fácil te resultará identificar lo que sientes.

SEGUNDO PASO

Hazte esta pregunta: "¿Puedo soltar lo que siento?". Sólo se trata de preguntarte a ti mismo si es posible hacerlo. Tanto si es "Sí" como si es "No", son respuestas aceptables.
A menudo soltarás lo que sientes aunque tu respuesta sea NO.
De cualquier manera, responde a la pregunta sin pensar demasiado, evitando buscar una segunda intención o entrar en debate contigo mismo sobre los méritos o las consecuencias de esta acción. Todas las preguntas utilizadas en este proceso son deliberadamente simples. No son importantes en sí mismas, sino que están destinadas a conducirte a la experiencia de soltar. Sigue adelante con el tercer paso sin importar lo que hayas respondido a esta pregunta.

TERCER PASO
A continuación, hazte la siguiente pregunta: "¿Quiero soltar lo que siento?".
En otras palabras, "¿Estoy dispuesto a hacerlo?". De nuevo, evita el debate. Recuerda que estás realizando este proceso con el único objetivo de obtener claridad y libertad. No importa si tus sentimientos están justificados o los tienes desde hace tiempo. Si la respuesta es "No" o no estás seguro, pregúntate: "¿Prefiero sentir esto o ser libre?". Mientras elijas agarrarte a tus sentimientos, en lugar de ser libre (algo muy respetable), estos te controlarán tanto como a tu capacidad para

ser, hacer o tener lo que desees.

CUARTO PASO

Hazte la siguiente pregunta: "¿Cuándo?".

Esto es simplemente una invitación a soltar lo que sientas. Es posible que consigas con facilidad soltar tus sentimientos de forma permanente ahora o puede que elijas agarrarte a ellos durante los próximos tres años, dos meses y un día. Puedes elegir agarrarte a tus sentimientos durante tanto tiempo como quieras, pero si decides soltarlos, ¡también puedes hacerlo!

QUINTO PASO

Repite los cuatro pasos anteriores hasta que te liberes por completo de tus sentimientos. Probablemente los soltarás poco a poco a medida que vayas aplicando los pasos del proceso. Al principio, puede que los resultados sean sutiles, pero si continúas con perseverancia, serán cada vez más perceptibles. Es posible que tengas varias capas de sentimientos sobre un determinado tema, pero todo lo que sueltes habrá desaparecido para siempre.

RECORDATORIO IMPORTANTE

Por favor, recuerda que estas preguntas son deliberadamente simples. A medida que trabajes con ellas, la resistencia inicial a repetirlas una y otra vez desaparecerá, te resultará más fácil hacerlo y finalmente podrás incorporar la experiencia de soltar en tu vida diaria. Estas preguntas sólo son el primer paso en el proceso de soltar. En el curso se explica con detalle este proceso. Además, para poder apreciar lo fácil y poderoso que es soltar, es necesario haberlo practica do en la vida diaria durante algún tiempo.

El Método Sedona es muy sencillo, consiste en seguir 5 pasos:

1. Enfocarse en una situación y en el sentimiento que ésta genera en nuestro interior, darle la bienvenida y no filtrarlo, dejarlo que nos penetre en su totalidad, aunque duela.
2. Preguntarse: "¿Podría dejar ir este sentimiento?", y contestar.
3. Preguntarse: "¿Lo dejo ir?", y contestar sí o no.
4. Sin importar cuál sea la respuesta, seguir con el siguiente punto.
5. Preguntarse: "¿Cuándo?", siendo "ahora" una respuesta muy válida (y favorable).

En el caso de sentir resistencia a dejar ir (por ejemplo, cuando la persona duda o dice que no) se puede interrumpir la secuencia y comenzarla de nuevo, pero en lugar de dejar ir el sentimiento, se tiene que dejar ir "la resistencia a dejar ir el sentimiento".

Así se hacen las 3 preguntas de la misma manera, dejando ir la resistencia y después de que se deja ir la resistencia, se puede regresar a liberar sobre el sentimiento de manera normal. Usualmente se puede notar una diferencia grande después de dejar ir.
Esto se puede hacer cuantas veces sea necesario sobre cualquier sentimiento, hasta llegar a un estado de "ya no me importa", en el cual esa situación ya no afecta emocionalmente.
Esto es solamente el proceso básico en su forma más sencilla, pero para liberar mucho más y mucho mejor, sería mucho más recomendable comprar el *Lester y yo,* en donde se tiene un recuento por parte de uno de los alumnos directos de Lester, Steven Seretan, en donde se enseña el proceso más avanzado, lo cual tiene muchas ventajas al acelerar el proceso de liberación de forma notable.

Frases

- La miseria es complejidad, la felicidad es simplicidad.
- Todas las mentes están interconectadas. Sin embargo, no pueden entenderse entre ellas.
- Cuando alguien ama de verdad... no puede ser herido.
- Sentirse triste por nada, es mantenerse en ello".
- Di: esto es algo que tengo que dejar ir, e inmediatamente te sentirás mejor.
- El amor elimina el miedo y la ansiedad.

Es una cuestión de resonancia
Todas las cosas del mundo tienen su vibración, o resonancia, incluidos tú y todas las personas que conoces.
¿Te has fijado alguna vez en que algunas personas tienden a animarte cuando estás con ellas, mientras que otras parece que tiendan a deprimirte, y que muchas veces no es necesario que digan ni hagan nada para producir tal efecto?
A medida que nos liberamos y crecemos en nuestro conocimiento, nuestra resonancia, o frecuencia, tiende a subir. Pero no es una simple cuestión de "más alto" o "más bajo". Todos nos relacionamos mejor con unas personas que con otras, aunque estén en el mismo nivel de vibración que nosotros.
La Ley de la Atracción establece que "atraes a tu vida aquello en que pones tu **atención**, **energía** y **foco**, lo desees y esperes o no.
Teniendo una actitud optimista y enfocándote en el éxito, tú atraes el éxito. Mientras mantengas una actitud cínica depresiva, tú atraerás experiencias negativas.

Éste no es propiamente un método para conseguir que la **buena suerte** nos sonría, pero hace incursiones en ella, y, a decir de algunos de sus practicantes, con éxito. En principio empezó como una técnica terapéutica con base en la acupuntura. No creo que su creador, Gary Craig, tuviera en mente cuando lo estuvo desarrollando, que fuera a servir también para atraer la **buena suerte**, pero el caso es que se ha informado de casos de pacientes que tras solucionar sus problemas de salud, han observado que también se les han ido resolviendo problemas económicos.
Y no me extraña, ya que la mala salud es un desequilibrio energético corporal que afecta no sólo al cuerpo sino a la mente; y la enfermedad, más si es psíquica, puede estar colapsando el flujo energético necesario para que la **buena suerte** acuda en ayuda del enfermo.
La EFT (Técnicas de Liberación Emocional) la puede aprender cualquiera, además de una manera gratuita con el manual que regalan desde las páginas de internet en que se anuncian, como en:

http://www.utsaina.com/paginas/eft/bibliografia.htm

EFT – Manual en español.
Básicamente consiste en golpetear (tapping) con los dedos de una mano en ciertos puntos de acupuntura (no más de 9, aunque hay quien añade algunos más) de la cara, el pecho, bajo el brazo, en los bordes de las uñas de los dedos de la mano contraria y en el borde inferior de la misma, al tiempo que se repite una frase relativa al problema a tratar. Se han reportado grandes logros de salud con ello.

ELEVA TU VIBRACIÓN

La teoría de esta Ley del Universo establece que lo que sintamos o cómo vibremos (y no lo que digamos) es lo que está comunicando nuestra "posición" o postura energética hacia el Universo. Entonces el Universo "escucha" esta vibración que estamos emitiendo, para después igualarla al regresarnos experiencias similares para producir más de las mismas sensaciones y vibraciones.
Mucha gente malinterpreta los principios subyacentes a la Ley de Atracción, y piensa que pueden 'engañar' al Universo fingiendo que está eufórica; esto no es posible, ya que el Universo lee tu vibración, no lo que digas o hagas.

Los puntos claves

1. La Ley de Atracción siempre está actuando.

2. El Universo “escucha” tu vibración/energía, no tus palabras.
3. El conocimiento de esta Ley te permite tener más poder en tu vida y sentirte o ser menos una víctima.
4. Tienes el control sobre tu vibración si tú realizas la elección sobre lo que piensas y en lo que te enfocas.
5. EFT es una de las formas más rápidas y sencillas de modificar tu vibración.

De modo que cuando apliques EFT para liberar cualquier negatividad y conflicto de tu sistema energético, en forma natural vibrarás en un espacio más positivo y edificante. Entonces la Ley de Atracción, que siempre está trabajando, te traerá más de las cosas positivas que has estado pidiendo. Es la pareja perfecta.

Piensa en todas las piezas de EFT...

1. Elige un problema específico.
2. Afirma que, pase lo que pase, te amas y aceptas profunda y completamente, y...
3. Haz “tapping” en los puntos de tu sistema energético y libérate del estrés, de la tensión y de los conflictos que han estado almacenados ahí. ¡Qué manera tan maravillosa de elevar tu vibración!

¿Qué deseas atraer a tu vida? ¿Éxito profesional, dinero, amor, amistades, alegría, paz, profundidad espiritual, felicidad? Todo está disponible, pero necesitas saber cómo controlar tu “vibración”, la cual se encuentra en comunicación directa con el Universo. Necesitamos poner la Ley de Atracción de nuestro lado, ya que de cualquier modo está trabajando las 24 horas para nosotros.
Gary Craig describe cómo los eventos hirientes o traumáticos de nuestras vidas agotan y reducen la efectividad del sistema inmunitario con el transcurso del tiempo, lo cual tiene perfecto sentido. Cuando tenemos sentimientos negativos y no encontramos maneras de aliviarlos o expresarlos, tarde o temprano debilitamos el sistema inmunológico y terminamos en una situación fisiológicamente comprometida. Entonces somos un “huésped” favorable para el virus de la gripe o del resfriado que circula en nuestro ambiente. Y lo mismo ocurre con nuestra vibración. Cuando nosotros mismos nos agotamos al enfocarnos en pensamientos negativos, experiencias dolorosas o remordimientos desagradables, disminuimos nuestra vibración, a la que después responde el Universo.

Responsabilidad

¡El uso de la teoría que sustenta la Ley de Atracción NO es un sistema de culpas! Es una explicación de responsabilidad y la oportunidad de retomar el control de tu vida y de dejar de ser una víctima. Todos hemos atraído cosas negativas a nuestras vidas de cuando en cuando; algunos más que otros.

Cuando la gente argumenta: "Pero yo no quería que me ocurriera esa cosa horrible…", puedes apostar a que, en algún punto, y definitivamente con el transcurso del tiempo, inadvertidamente se estaban enfocando en la negatividad, en el resentimiento y tal vez en el miedo. Todos lo hacemos, todos atraemos cosas negativas a nuestras vidas, y gran parte del tiempo todos tenemos miedo…, es la naturaleza del ser humano. Sin embargo, ahora tenemos muchas herramientas nuevas a nuestra disposición para reducir el miedo, transformar la impotencia y aumentar nuestra genuina alegría. Es una decisión individual si deseamos o no tomar estas herramientas y usarlas.

* * *

Ahora bien, vamos a examinar el enunciado del descubrimiento con más detalle. Primero, fíjate en que, en algunos círculos, se suelen "tratar los recuerdos" y, en el proceso, se le pide al cliente que reviva repetidamente algún evento, aunque sea emocionalmente doloroso. EFT, por contraste, respeta la memoria, pero se enfoca en la verdadera causa: un trastorno en el sistema energético del cuerpo.

La gente me llama por teléfono de todas partes del país pidiendo ayuda. Y, sin que yo se lo pida, invariablemente ellos empiezan a contarme en detalle acerca de sus traumas pasados. Es porque, equivocadamente, creen que necesito todos estos detalles para ayudarlos. Para ellos, estos recuerdos son la causa de sus problemas.

Me preocupo profundamente acerca de la gente que innecesariamente revive todos esos recuerdos que están cargados emocionalmente. Por eso hice este curso. Y siempre les causa extrañeza a las personas, cuando les digo que no necesitan revivir dolorosamente todos esos detalles tórridos para que EFT les ayude.

Por eso hay relativamente poco sufrimiento emocional involucrado con EFT. No causa dolor. Te pedirán que recuerdes brevemente tu problema (puede haber incomodidad en eso, pero eso es todo). No hay necesidad de aliviar el dolor. De hecho, al usar EFT no se aprueba generar un conflicto emocional prolongado. Este es solamente un ejemplo de cómo EFT es una desviación radical de los métodos convencionales.

Para facilitar tu aprendizaje, podría ayudarte el hecho de comparar el flujo energético de tu cuerpo con el de una televisión. Mientras que la electricidad fluye a través de tu aparato de televisión, de manera normal, el sonido y la imagen son claros. Pero ¿qué sucedería si

quitaras la cubierta posterior del televisor e introdujeras un destornillador en medio de todo ese "espagueto electrónico"? Obviamente, trastornarías o cambiarías la ruta del flujo de electricidad y un zumbido ocurriría adentro. La imagen y el sonido se volverían erráticos, y el televisor exhibiría su versión de una "emoción negativa".
De la misma manera, cuando nuestros sistemas energéticos se desequilibran, tenemos el efecto de un "zumbido" eléctrico que ocurre dentro de nosotros.
Para corregir este "zumbido" utilizamos golpecitos/esti mulaciones y la emoción negativa desaparece. Es así de sencillo. Estoy bien consciente de lo extraño que esto puede parecer, y qué difícil puede ser para creer, por lo menos, al principio. No lo hubiera creído yo si no hubiera visto tantos cambios maravillosos en las personas después de aplicar estas técnicas.

El paso intermedio. La pieza que falta

Sin embargo, una vez que lo aceptes, una vez que lo "dejes entrar", su lógica se vuelve innegable. Todo se vuelve obvio, y empiezas a ver todas las debilidades en los otros métodos.
Por ejemplo, el método de "tratar los recuerdos" que se mencionó antes, se vuelve obviamente erróneo a la luz de estos descubrimientos. En aquel método, se supone que el recuerdo traumático del pasado es la causa directa del trastorno en alguien. No lo es. Hay un paso intermedio –una pieza faltante– entre el recuerdo y el trastorno emocional.
Y aquel paso intermedio, por supuesto, es el trastorno en el sistema energético del cuerpo. Es la interrupción, el 'zumbido', la causa directa del trastorno emocional.
Teniendo en mente esto, es fácil ver cómo el método de "tratar los recuerdos" no es efectivo.
Ahora regresemos al "Enunciado del Descubrimiento".
Dicho en otras palabras, esto quiere decir que todas estas emociones tienen la misma causa: un zumbido eléctrico en el cuerpo. También significa: todas pueden ser aliviadas en forma similar. "**La causa de TODAS las emociones negativas es un trastorno en el sistema energético del cuerpo**".

Así, la pena tiene la misma causa básica que tiene el trauma, la culpa, el miedo y la mala ejecución de bateo de un jugador de béisbol. El mismo método general puede ser usado para todos estos problemas. Esta "causa única" es también una bendición para los profesionales de

la salud mental. Ellos están acostumbrados a un número sin fin, siempre cambiante, de explicaciones, para lo que parecen ser las incontables preocupaciones emocionales de sus clientes.
Esto incluye miedos, fobias, enojo, pena, ansiedad, depresión, memorias traumáticas, (Síndrome Emocional Post Traumático), SEPT, preocupación, culpa y todas las emociones limitantes en los deportes, los negocios y las artes dramáticas. Esta es una lista incluyente y cubre casi cada emoción limitante que podamos experimentar.
En otras palabras, si el recuerdo no causa un trastorno en el sistema energético del cuerpo, entonces, la emoción negativa no puede ocurrir. Por esta razón, algunas personas sufren alteraciones al recordar ciertos eventos en su vida y otras no. La diferencia es que algunas personas tienen una tendencia a crear un desequilibrio en sus sistemas energéticos, por determinado recuerdo, mientras que otras no tienen este problema.

El método de Gwenn Bonell

Este es un método derivado de la EFT, de hecho, Gwenn ha sido alumna directa de su fundador, Gary Craig. Ella llama a su método "Golpetear en la zona temporal". Yo, para no ser menos, lo he probado, aunque, quizá por no ser constante, no he visto resultados.
¡Quién sabe! Lo traigo aquí como curiosidad, por si a alguien le apetece probar y luego contarnos qué tal le ha ido. El libro en portugués del que está sacado este método se llama: *O caminho secreto para a abundância* (no he podido encontrar versión inglesa ni española).
Gwenn parece que en él encontró solución a un dolor de pierna para el que estaba resignada, ya que no encontraba solución al mismo. Imagino que también encontró esa abundancia que pregona. «Empiece identificando un hábito, actitud o condición en su vida que le gustaría cambiar. Describa el cambio con una sola frase y diga en voz alta la afirmación en tiempo presente, como si la condición ya existiese. Por ejemplo, podría decir: "Con alegría recibo la abundancia en mi vida", o: "Yo ya soy rico"».
Una afirmación puede ser cualquier cosa que usted desee que se torne verdadera y operativa en su vida. Es importante que las declaraciones estén en sus propias palabras, su propio lenguaje y alineadas con sus valores.
Para golpetear en la zona temporal, comience golpeteando en el lado derecho, en frente del canal de la oreja y continúe golpeteando en el cuero cabelludo por encima y alrededor de la extremidad externa de la oreja, hasta que alcance el centro de la parte de detrás de la oreja, en el punto exactamente opuesto de donde comenzó. Los puntos activos

se sitúan justo en la mitad superior de la oreja, desde el centro de la frente hacia el centro de atrás.
Dé golpecitos leves más firmes con las puntas de los cuatro dedos de una mano para asegurarse de que todos los puntos a lo largo de la línea esfenoide-temporal serán estimulados. No necesita golpetear fuerte, sólo con la firmeza necesaria para estimular la energía.
Ejecute tres repeticiones de este golpeteo con las puntas de los dedos, repitiendo siempre sus afirmaciones. Como los efectos de golpetear en la zona temporal duran aproximadamente 30 minutos, espere por lo menos media hora o más antes de repetir o golpetear con la misma afirmación.
Repetir varias veces por día el procedimiento, acelera la instalación de un nuevo comportamiento o nuevas actitudes. Cuanto más "golpetea" una afirmación, más rápido y más fuerte será el efecto y más fácilmente cambiarán sus hábitos. Escriba su afirmación para tener certeza de que está repitiendo exactamente las mismas palabras a cada repetición de golpetear en la zona temporal.

El método de Victor Boc

El dinero consagrado a la beneficencia
no tiene mérito si no representa un
sacrificio, una privación.
CESARE CANTÙ, (historiador italiano)

Método Two-Prong

A mí me encanta este método. Es de los más simples y verdaderamente merece la pena leerlo en su totalidad en su libro *Cómo resolver para siempre todos sus problemas.*
De las particularidades de este autor cabe destacar:

Importancia de las afirmaciones. Haga una lista de sus deseos, de todo aquello que no tiene y desearía tener: dinero, salud, amor...
Coja un papel y escriba en una columna de la izquierda todo aquello que desee tener y no tiene, y en una a la derecha, la solución que desearía que se produjese, siempre algo muy concreto y específico, nada de cosas vagas. Para ser efectiva una afirmación tiene que ser: **Específica**, es decir, expresada con suficiente detalle como para poder ser fácilmente visualizada, y **Positiva**, es decir, una afirmación debe ser formulada como si el hecho del que hable fuera algo ya llevado a cabo. Este requisito es de vital importancia. Su subconsciente absorbe todo con total literalidad. Por esta razón, el uso apropiado del lenguaje es esencial.
Incluya siempre su nombre en las afirmaciones. El número de afirmaciones varía según la persona. La mayoría de la gente, después

de este proceso de formulación, acaba teniendo entre 3 y 10 afirmaciones. Una buena cantidad serían, más o menos, 5.

Forma de actuar

PRIMERO: Inmediatamente después de levantarse cada mañana, lea en voz alta sus afirmaciones y visualícelas. Coja su hoja de afirmaciones y lea todas sus afirmaciones desde la primera a la última. Léalas con claridad. Pronuncie cada palabra lentamente, vocalizando. Oiga su propia voz. Haga esto justo después de levantarse, cuando su mente todavía se encuentra en un estado impresionable. Si tarda mucho, su conciencia despertará totalmente y su mente será menos receptiva. Cuanto más espere, menos eficaz será este ejercicio. Hágalo antes de que pasen quince minutos después de levantarse.

SEGUNDO: Una vez al día escriba una de sus afirmaciones repetidas veces. Lo puede hacer cuando quiera –por la mañana, por la tarde o por la noche– siempre que disponga de lápiz, papel y unos minutos.

TERCERO: Lea sus afirmaciones en voz alta, fuerte y claro e intente visualizar cada una de ellas. Esto lo debería hacer antes de irse a la cama. Es un procedimiento idéntico al de la mañana.

Hágalo una y otra vez
Al ir escribiendo con su propia mano, el mensaje va pasando a la mente de forma automática.

LA REPETICIÓN DE UNA AFIRMACIÓN ES EL MODO MÁS EFICAZ CONOCIDO PARA CONSEGUIR INTRODUCIR UNA IMAGEN A NIVEL DEL SUBCONSCIENTE

Más adelante Boc expone otra parte de su método, algo que no hemos visto en ningún otro autor expresado de esta manera:

> "Usted conoce en este momento dos leyes vitales del universo. *La Ley de Atracción* dice que uno atrae las imágenes que contiene en su subconsciente. *La Ley de Repulsión* argumenta que uno repele aquello a lo que es adicto. Estos dos conceptos forman la base de una eficaz teoría que nos ayuda a crear una fuente de dinero".
> "La **adicción** a cualquier imagen preconcebida de inteligencia repele (evita) la manifestación de esa imagen en la realidad".
> "La **única forma** de que el dinero llegue a su vida es que su fuerza de atracción sea mayor que su fuerza de repulsión. Por tanto, lo que usted debe hacer es maximizar su fuerza de atracción y, al

mismo tiempo, minimizar su fuerza de repulsión".

El "**Glad-Giving**", que vendría a ser algo así como el **Gozoso-Donar**, sería similar, de alguna manera y para entendernos, al de ser agradecidos; pero con ciertas connotaciones especiales. En principio se emplea como instrumento para liberar al adicto al dinero, o sea, aquel individuo obsesionado hasta tal punto por conseguirlo que no contempla ninguna otra posibilidad que obtenerlo una y otra vez, que parece que con ello le va la vida, y amasarlo egoístamente, sin ningún atisbo de generosidad con él hacia los demás. Lo cual, en definitiva, es un freno para que le fluya más dinero con facilidad. Si consigue amasar cierta fortuna, lo hace, en definitiva, porque es un roñoso y tacaño y, como tal vive, sin disfrutar de los beneficios de lo que tiene, ni, por supuesto, dejar que los demás lo hagan.

Sólo cuando el que la sufre puede adoptar la actitud de que "pase lo que pase, no importa", se habrá liberado de la adicción. El "Glad-giving" se trata, por tanto, de una disciplina específica que se centra en una posible adicción al dinero. Pero hay algo más que eso. El hecho de donar altruistamente un pequeño porcentaje (entre el 1 y el 5%) de los ingresos que uno tenga, sean estos muchos o pocos, favorece que el flujo del dinero vuelva a uno mismo.

Copiamos del autor los conceptos más destacables para que se entienda la importancia de lo que propone:

> Es un sistema de donación de un porcentaje de las ganancias a los demás. Debe dar el dinero sin condiciones, sin esperar su devolución.
>
> Todo se mueve en un constante estado de cambios. Con el dinero pasa lo mismo. Para recibir hay que dar. La noción de intercambio de energía es un concepto fundamental para la adquisición de riquezas.
>
> Si no deja que en su vida el dinero siga este proceso, romperá su curso normal. Si rompe el curso, a la vez, estará impidiendo que llegue a su orilla. Su dinero es como su sangre: debe circular o todo el sistema se parará. La acumulación de dinero provoca su estancamiento.
>
> Para conseguir que el dinero entre en su vida, debe mantenerlo en circulación. Si la idea de dar dinero le asusta, intente que no lo haga. Hay mucho más. Si la idea de donar dinero le suena repugnante, relájese. En el mundo hay mucho dinero.
>
> Todo lo que usted dé, lo recuperará. No tema repartir el dinero. A la vez que se deshace de dinero, está evitando la adicción. No se preocupe. Ese dinero volverá a usted.
>
> Si el dinero sigue su curso, volverá a sus manos.
>
> Cuando damos dinero a otros, despertamos las energías que harán realidad la llegada de ese dinero a nuestras vidas.
>
> Los beneficios que le aportará el "Glad-giving" se extenderán a todas las áreas de la vida. A la gente que aplica este método deja de preocuparle el dinero, aunque se estén haciendo ricos. Aunque suene como algo sorprendente, es una verdad irrefutable. Su "Glad-giving" libera al dinero para que vaya en cualquier dirección. Sus afirmaciones entran en acción y lo atraen hacia usted, en su dirección. Éste es, en esencia, el método Two-Prong –el método más

poderoso que existe a la hora de crear una corriente positiva de dinero hacia su vida.

El método del Dr. Camilo Cruz

El problema no son las personas,
sino sus programas mentales, sus pensamientos.
Si quieres vivir una vida de riqueza, no debes enfocarte en la pobreza.
No hagas caso de los pesimistas y de la gente negativa.
C. CRUZ

Este autor, conferenciante y motivador, afincado en EUA, tiene escritos varios libros interesantes, échale un vistazo a la bibliografía. Podríamos entresacar algunos párrafos de ellas, aunque en realidad su método son sus moralejas o narraciones, como la de *La Vaca*, por ejemplo:

> Un pensamiento puede condicionar nuestra mente de por vida. Una idea limitante puede detenernos para utilizar nuestro verdadero potencial inclusive mucho tiempo después de haber perdido su validez. Mientras que un pensamiento liberador puede conducirnos al éxito, aun en medio de las peores circunstancias. Y es nuestra decisión elegir qué tipo de pensamiento queremos procesar. Recuerda que toda idea errada que mantengamos en nuestro subconsciente por largo tiempo y validemos con nuestras acciones, se convierte en una forma de autohipnosis.
> Esto es precisamente lo que les impide triunfar a muchas personas.
>
> A través de esta forma de autohipnosis han archivado en su mente toda una serie de falsas creencias e ideas que quizás en algún momento fueron válidas pero ya no lo son. Sin embargo, puesto que aún no han sido borradas, continúan ejerciendo su efecto limitante.
> Un ejemplo clásico de esto lo ilustra uno de los primeros experimentos realizados dentro de la ciencia del comportamiento. Un grupo de ratas de laboratorio recibía descargas eléctricas cada vez que trataban de comer de un recipiente que se encontraba en su jaula. Muy pronto, como era de esperarse, dejaron de acercarse al recipiente de la comida por temor a la descarga eléctrica.
> Después de un tiempo, los científicos que llevaban a cabo el experimento realizaron dos cambios importantes. 1.º, pusieron en la jaula comida aun más apetecible que la primera y 2.º, desconectaron el circuito que les propinaba la descarga a los animales.
> ¿Qué sucedió? Las ratas continuaron evitando la comida por temor a la descarga eléctrica. Debido al condicionamiento negativo del pasado, las ratas prefirieron no comer, y finalmente murieron de hambre antes de arriesgarse a acercarse a la comida y recibir otra descarga eléctrica.
> ¿Te imaginas que sea preferible enfrentar la muerte en lugar de enfrentar la posibilidad de un nuevo fracaso? Si tan sólo las ratas lo hubiesen intentado una vez más, habrían podido comer hasta la saciedad sin consecuencias negativas; habrían recuperado la fuerza y la salud perdida y habrían retornado a una vida normal, pero ni siquiera lo intentaron.
> Si este experimento te parece cruel, lo es aún más el que muchas personas vivan hoy esta misma realidad. Al igual que las desdichadas ratas de laboratorio,

muchas personas han permitido que las programaciones negativas, las caídas anteriores, las críticas o fracasos del pasado las disuadan de aspirar a algo mejor. Ellas se han autoprogramado o han sido programadas por sus padres, profesores, familiares, amigos o, incluso, por perfectos desconocidos, para creer que son personas comunes y corrientes y por eso hoy les resulta difícil creer que posean el potencial necesario para triunfar.

Es como si los fracasos del pasado hubiesen cerrado para siempre las puertas de la oportunidad de éxitos futuros.

Sin embargo, hay que tener presente que el futuro no tiene que ser igual al pasado, ya que siempre se puede cambiar, aprender y crecer...

El método de Olivia Reyes

Olivia es una mexicana que prontamente empezó a leer cuanto caía en sus manos sobre la *Ley de Atracción,* como le sucedió a quien esto escribe. De ahí, más o menos, saca todas sus enseñanzas, pero con un enfoque desde el *Coaching* (Entrenamiento), del cual es una experta.

El entrenador o *coacher* no enseña, lo que hace es facilitar al alumno que aprenda de sí mismo. En este sentido, el proceso requiere básicamente de los siguientes pasos:

1. Observar. La observación será fundamental para que el entrenador encuentre soluciones.

2. Toma de conciencia. La observación permite la toma de conciencia, básicamente acerca de nuestro poder de elección.

3. Determinación de objetivos. Es esencial para todo proceso de entrenamiento el contar con objetivos claramente definidos. Éste será el paso crucial hacia la obtención de los mismos y servirá de guía para la toma de decisiones y acciones.

4. Actuar. Una vez reunida toda la información, hay que actuar de una forma sostenida en el tiempo.

5. Medir. En todo momento es imprescindible comprobar si nos acercamos o nos alejamos del objetivo marcado.

6. Acción comprometida. Todo entrenamiento concluye con una acción comprometida alineada con el plan de acción establecida previamente entre el entrenador y el cliente.

Lo podemos ver en el programa de su curso:

1. La **energía** está a nuestro alrededor.

2. Todo lo que podamos **imaginar** ya existe en el plano energético.

3. Convertir aquello que deseas manifestar en partículas subatómicas.

4. La **esencia de tu deseo**. Hacer un ejercicio diseñado para encontrar la esencia y las emociones que necesitamos armonizar con nuestro cuerpo emocional para terminar de armonizar nuestro deseo con nosotros.

5. Alinear nuestro cuerpo emocional con el deseo que queremosmanifestar.

6. Armonizar este deseo con tu mente para que te encuentres "completo" y ninguna parte de ti esté indispuesta o fuera de alineación con el deseo, ya que eso podría echar a perder la manifestación.

7. Memorándum al Universo. Confiar y eliminar la resistencia.

8. La importancia de estar claros con lo que deseamos, es enorme.

9. La voluntad divina es un aspecto de Dios/Universo. La voluntad divina es una corriente de energía que lleva todo consigo, en dirección a la evolución.

10. Cuando las cosas no suceden.
11. Cómo alinearse con la voluntad divina.
12. Eliminar la resistencia.
13. Cómo manifestar abundancia: Intuición, Desapego.

El método del Manuscrito de los seis poderes

Hacia 1646 nació de una pareja constituida por una marinero y su mujer, un joven que hubo de padecer, a temprana infancia, no sólo el caos de la orfandad, sino y a la vez, los vejámenes de la fraudulencia, siempre humana.
Cien años más tarde, hacia 1746, y antes de morir, deseó dejar por escrito aquello que, habiéndolo descubierto durante su vida, pudiese servir a las generaciones venideras, como herencia.
Sea cierta o no la autoría y existencia de este anónimo, expongo aquí resumido lo que nos dice en dicho manuscrito:

PRIMER PODER
La suerte no puede ser retenida más que por la fuerza. La suerte sonríe alguna vez incluso a los que se destinan a ser víctimas del carácter perverso. En todo caso fue así para mí. Conocí la prosperidad, y con solo 27 años era ya el propietario de la empresa para la cual yo trabajaba anteriormente. La suerte es una amante que debe ser conquistada. Ella no se entrega a los indecisos.
"Debe uno dejar de enceguecerse por los argumentos de una ocasión que se presenta y acordarse en la ocasión, que un millón de magníficas promesas pesan nada, en relación con la posesión de una sola pieza de dinero".

SEGUNDO PODER
La suerte es caprichosa. Trátala con dejadez, y ella te excluirá para preferir a otro más fuerte que tú (al menos conmigo, ella se comporta así, como muchas mujeres que conocí).
"En ese momento, 'Desastre' (que es uno de los heraldos de los espíritus indecisos y de las promesas no cumplidas) me vino a visitar. El fuego quemó mi taller, no dejando otra cosa que deudas. Y mis proveedores, me hicieron poner, por tal razón, en prisión".

TERCER PODER
El infortunio no existe sino en la tumba. El hombre cuando está vivo no es infortunado. Puede siempre hacer marcha atrás y retomar la cuesta. Y hay siempre una inclinación más fácil para ascender (aunque algunas veces más larga) y más adaptada a la situación. Tus compañeros te influencian sin que tú lo sepas.
"Como yo era un buen carpintero, encontré rápidamente empleo y con un buen salario,

pero como había degustado los frutos de la opulencia, la insatisfacción se apoderó de mí. Me volví deprimidoy amargado. Para consolarme, y olvidar todo lo que había perdido, pasaba mis tardes en la taberna".

CUARTO PODER

Busca mejor la compañía de los industriosos, pues los otros debilitarán tus energías.

"Con el más mínimo pretexto, me era placentero contar la triste historia de todos los desastres que se habían abatido sobre mí, y decir las pestes que pendían de aquellos que me habían abandonado en lugar de socorrerme. Encontraba un placer pueril en robar a mi empleador. Llegó el día en que me desperté sin trabajo".

En efecto, puedes estar enfermo de tu imaginación.

"Era en ese entonces cuando yo me consideraba un fracaso ambulante. Era como si fuera un caminante que descendía una cuesta, montaña abajo, tropezando. También entendí este estado, descrito con el nombre de ismaelita, quien es, parece ser, alguien que quería al mundo entero, y quien creía que todo el mundo lo quería a él".

QUINTO PODER

Un ismaelita[138] y un leproso sufren del mismo mal a los ojos de los otros, pues ambos son abominaciones en opinión de la mayor parte de los mortales, aunque hay grandes diferencias entre los dos: el primero puede reencontrar una salud perfecta. El primero se torna enfermo como efecto de su imaginación; el segundo tiene el veneno en su sangre.

"No voy a detenerme en la lenta degeneración de mis energías. Nunca es bueno detenerse en sus infortunios (aunque sea bueno acordarse para dejar la lección). Me bastará decir que llegó el día en que no tenía un céntimo ni para un plato de comida, ni alojamiento, ni con qué vestirme. Mi estado era tan deplorable –no solamente por mi cuerpo– que, no era que pareciera, sino que era un enfermo al borde de la muerte, pero más por mi espíritu que por otra cosa".

SEXTO PODER

Estamos habitados por dos entidades.

Recuerdo bien las circunstancias en las cuales estaba.

Me despertaba a media noche. Mi lecho era una pila de tablas provenientes de un taller donde había yo trabajado... El techo estaba hecho con un tonel. La noche era fría y estaba congelado, aunque, padójicamente, hubiese soñado con lumbre y calor, y con la dilucidación de buenas cosas... Pueden decir, cuando les relate el efecto que mi visión tuvo sobre mí, que yo deliraba. Es el sueño que me dejó en la creencia de que yo estaba poseído por dos identidades: y era la mejor de mis dos entidades la que me ofrecía la ayuda que yo había buscado en vano... No fue el sueño mismo el que tuvo efecto en mí.

Fue la impresión que me dejó, y la influencia que ejerció sobre mí, lo que me liberó de mis grilletes... En otros términos, yo estimulaba mi otra identidad. Después de haber afrontado una tormenta de viento y nieve, vi a través de una ventana mi otra identidad. Ella tenía buena apariencia y respiraba salud. Ante ella, brillaban las fogatas. Emanaba de ella el poder y la fuerza. Yo llamé tímidamente a la puerta, y ella me dijo: Entra. Pude leer una especie de sonrisa, como de burla, en sus ojos,

mientras me alcanzaba una silla para sentarme ante el fuego... Luego de haberme calentado volví atormentado a mi refugio, martirizado por la vergüenza que el contraste entre nosotros, había despertado.
Fue entonces cuando me desperté; y he aquí la parte sorprendente de mi relato: Al despertarme, no estaba solo. Había una Presencia conmigo; invisible para los otros, como me daba cuenta, por lo que sigue, pero que era real para mí... ¡Se me parecía totalmente! Pero a la vez, ¡era tan diferente!)...
Una noche que me desvelaba la Presencia a mi lado, tuve el coraje de hablarle, claro que, con timidez...
–"¿Quién eres tú?""–Le pregunté. –"Yo soy quien yo soy", fue la respuesta. –"Yo soy aquel que tú has sido; yo soy aquel que tú puedes ser aún; ¿de dónde viene tu duda? Yo soy aquel que tú has sido, y que abandonaste prefiriendo otra compañía... Hay una entidad´positiva´ y una entidad´negativa´ en cada ser humano...".
–"¿Por qué me persigues?" –Le pregunté.
–"Eres tú quien me persigue, y no a la inversa. Tú puedes existir sin mí durante algún tiempo, pero tu camino tornará sobre sus pasos, y su fin es la muerte".
"Todo es posible a la entidad positiva de un hombre. El mundo le pertenece. Es su propiedad. Ella no tiene miedo de nada, no fuerza nada, no se detiene ante nada. Ella no demanda privilegio alguno, pero los obtiene. No domina y no sabe retroceder. Sus demandas son órdenes; la oposición funde a quien le dirige la palabra; ella levanta montañas, cubre los valles, y viaja al lugar donde el infortunio no existe".

Enseguida me dormí de nuevo, y, cuando me desperté, estaba en un mundo diferente... Descubrí, agazapado en una esquina de mi refugio, achacosa, deformada, desfigurada incluso, esfumada y deshecha, mi entidad negativa.
Supe que mi entidad positiva había tomado de nuevo posesión de mi cuerpo y consideraba al otro con burla y desprecio.
A partir de ese momento fui un hombre que todo lo lograba, que pronto fue de nuevo propietario de un taller, y luego de todos los bienes que un hombre desea poseer.
Ruego por que ustedes, que leen este relato, sigan estas reglas y todo lo que ellas implican, pues de ellas depende todo logro y todo lo que los logros impliquen:

- Cualquiera que sea el bien que desees, es tuyo.
  No tienes sino que tender la mano y tomarlo.
- Enseña que la conciencia del poder infinito que está en ti,
  toma posesión de todo lo que esté a tu alcance.
- No tengas miedo alguno, en ninguna forma que se dé, pues
  el miedo es una característica de la entidad negativa.
- Si tienes un talento, un oficio, ejecútalo; el mundo debe
  sacarle provecho y también tú.
- Haz de tu entidad positiva un compañero de tus días y tus
  noches. Si tienes en cuenta sus opiniones, no te
  engañarás.
- Recuerda, la filosofía es un conjunto de argumentos; el mundo,

que es tuyo, es una acumulación de hechos.

Otros métodos

Hay otros muchos autores que han escrito sobre la suerte, pero sería interminable enumerarlos a todos, así algunos:

Richard Wiseman, mago y doctor en Psicología, ha escrito *The luck factor - The scientific study of the lucky mind, (El factor suerte - El estudio científico de la mente suertuda)* y Kirkology (Rarología). Expone que las personas que disfrutan de **buena suerte** tienen en común estas 4 formas de pensar y actuar:

1. Saben ver, aprovechar y crear oportunidades. Parecen saber cuándo una decisión es correcta o no.
2. Prestan atención no sólo a su razón sino también a su intuición y encuentran a personas de efectos benéficos para sus vidas.
3. Esperan cosas buenas de la vida. Sus sueños,ambiciones y objetivos tienen un plus de volverse ciertos.
4. Ven el lado positivo en lo que les ocurre. Tienen la habilidad de poner la suerte de su lado.

La gente con **mala suerte** hace siempre justo lo contrario.
La buena predisposición y actitud parece ser un factor clave para la **buena suerte**, y esto depende en gran parte de uno mismo.

Daniel Sévigny es un experto que ha dedicado mucho esfuerzo, tiempo y energía a desentrañar las claves de *El Secreto*. En la mayor parte de su libro estoy de acuerdo, en otras pocas, difiero. No sé sus resultados. De cualquier manera, considero todos los métodos válidos y cada cual, repito una vez más, tendría que adoptar el que se adaptase mejor para sí mismo.
A este método de Sévigny yo lo consideraría como complemento del mío, ya que contiene multitud de frases que enseñan a pedir, por algo lo llama Gestión del Pensamiento. Lo considero muy valioso, lo recomiemo por breve, claro y escueto y conciso. Algunos pensarán que lo que dice en su librito es exactamente lo que hay que hacer, si darle más vueltas, si bien creo que sus afirmaciones son mejorables a tenor de todo lo que estamos diciendo aquí de hacer peticiones que pueden se contradictorias por demasiado directas y en conflicto con una disonancia cognitiva entre lo afirmado y el razonamiento que se enseñorea en la mente del peticionario. Pero sí, he podido constatar algunos resultados. Sus peticiones van dirigidas a un ente que parece irracional pero que en el fondo no lo es y lo llama Universo Infinito.

Félix Torán es doctor en Ingeniería e importante investigador de la *Ley de la Atracción,* sobre la que ha escrito *La respuesta del Universo*, en donde expone su interesante método. Se sirve mucho y apoya en soportes informáticos.

Vicente Cassanya, astrólogo que ha escrito *Tu suerte*. Dice que nuestra suerte se basa en estos pilares: los **sentimientos**, los **pensamientos**, nuestra **capacidad de atraer la suert**e, el **reconocimiento** de nosotros mismos y de las señales que nos envía el universo, nuestra **respuesta a las circunstancias** considerándolas positivas o negativas, la **"magia que hay en nosotros mismos** cuando nos decidimos a ser quienes somos", **prestar atención a nuestro cuerpo** y **descubrir su lenguaje**, lo cual nos ayuda a ir tomando las decisiones más adecuadas.

Xavier Gabriel regenta un local de loterías y apuestas en el pueblo llamado Sort (Suerte en catalán). Afirma que la suerte no existe, pero él se ha hecho multimillonario con ella y ha escrito el libro *Las 13 claves de la suerte*. Esas claves serían: "ilusión, optimismo, valentía, alegría, intuición, no tener prisa, vivir sin ansiedad, confiar en uno mismo, no matar los propios sueños, tomar con espíritu positivo las pérdidas y las contrariedades, no hacer caso de los envidiosos ni de las energías negativas que nos rodean". Por supuesto que se le quedó olvidado el regentar una local como el suyo, en donde tanta gente se deja los dineros y los boletos soñados sin comprar y dejándose siempre los de la **buena suert**e.
Bueno, todo para que su negocio siga funcionando bien engrasado.

Capítulo VIII

MÉTODOS PARA CONSEGUIR LA BUENA SUERTE BASADOS EN LA MENTE Y LA ACCIÓN III

basados en la acción y la mente

Los hombres superficiales creen en la suerte;
los sabios y fuertes creen en la causa y el efecto.
RALPH WALDO EMERSON

Mantente alejado de las personas
que ridiculizan tus ambiciones.
Las mentes pequeñas siempre lo hacen, pero las

realmente grandes te hacen sentir que tú también puedes llegar a ser grande.
MARK TWAIN

Los siguientes personajes (algunos son autores de libros o escritos) son simplemente millonarios, ricos o nababs y, en apariencia, no emplean los métodos de que aquí estamos hablando. Sus métodos son más bien de conocimientos específicos de economía, de picardías financieras, de atrevimientos y riesgos, etc.
De cualquier modo, tienen sus métodos –en algunos casos del tipo de los relatados más arriba, pero que, posiblemente, les avergüenza declarar– y, los expongan o no más o menos claramente, o tengan sus contradictores (que los tienen y muchos), nos pueden ser muy útiles, por eso hablamos de ellos.
Personalmente tuve un jefe que hizo su fortuna a partir de algo en que no creía, la radiestesia. Con el péndulo y las varillas, el radiestesista (antiguo zahorí o rabdomante) que contrató sin ninguna esperanza, encontró un río subterráneo de agua dulce en una finca desértica que tenía en la costa, a dos pasos de un lugar turístico de primera magnitud. Muy poca gente conocía este su secreto de **buena suerte**, ya que le avergonzaba el hecho de hablar de algo que los "científicos", como él decía, aunque era abogado, consideraban como pseudociencia.

El método de Carlos Slim Helú

En la riqueza misma, lo importante no es cuánto se tiene ni qué se tiene; sino qué se hace con ello.
CARLOS SLIM

Cuando salió la primera edición de este libro, el hombre teóricamente más rico del mundo (Según Forbes 2010) era este mexicano. Sacamos su fórmula para el éxito, en definitiva para la **buena suerte**:

> Yo creo que el éxito no está en lo económico. Yo creo que una persona no es de éxito porque le vaya bien en los negocios o profesionalmente, o porque saque un 10 en la escuela. Creo que eso es lo que menos vale.

Algo sorprendente, cuanto menos, que diga tal cosa. Dicho esto, uno imagina que parte de su riqueza estará bien repartida entre todo tipo de fundaciones o instituciones humanitarias. Así parece. Su fortuna asciende a unos 66.000 millones de dólares y, según dicen, posee 72.000 obras de arte.
Añade:

> "Lo que vale es tener los pies en la tierra, la familia –el concepto de familia–, los amigos, apreciar las cosas que tienen valor verdadero, no material, no físico

necesariamente. Pienso que a este concepto le puedo añadir una reflexión que me regaló mi madre: el éxito no tiene que ver con lo que mucha gente se imagina. No se debe a los títulos nobles o académicos que tienes, ni a la sangre heredada o a la escuela en donde estudiaste… (sigue una serie de cosas imaginables), se debe... a cuánta gente te sonríe, a cuántas gentes amas... (sigue en el mismo sentido), se trata:

1. de que en tus triunfos estén incluidos tus sueños,
2. de que tus logros no hieran a tus semejantes,
3. de tu inclusión con otros, no de tu control sobre los demás,
4. de que si usaste tu cabeza tanto como tu corazón,
5. de que si fuiste egoísta o generoso,
6. de que si fuiste arrogante o humilde,
7. soberbio o considerado,
8. exigente o tolerante, no acerca de cuántos te siguen, sino de cuántos realmente te aman,
9. ni acerca de transmitir, sino de cuántos te creen si eres feliz o finges estarlo,
10. del equilibrio y la justicia que conduce al bientener y al bienestar,
11. de tu conciencia tranquila, tu dignidad invicta y tu deseo de ser.

A continuación expone más directamente lo que podríamos considerar su método personal para la **buena suerte**.

1. Un triunfador es parte de la solución, un perdedor es parte del problema.
2. Un triunfador dice: “Debe haber una forma mejor de hacerlo”.
3. Un perdedor dice: “Ésta es la forma en que siempre lo hemos hecho, no hay otra...”,
4. Cuando un triunfador comete un error dice:
“Me equivoqué” y aprende de su error.
5. Cuando un perdedor comete un error dice:
“No fue culpa mía” y responsabiliza a los otros.
6. Un triunfador sabe que la adversidad es el mejor de los maestros.
7. Un perdedor se siente víctima de todas las adversidades.
8. Un triunfador sabe que el resultado de las cosas depende de sí mismo.
9. Un perdedor cree que existe la mala suerte.
10. Un triunfador enfrenta los desafíos uno a uno.
11. Un perdedor rodea los desafíos y no se atreve a intentarlo.
12. Un triunfador se compromete, da su palabra y la cumple.
13. Un perdedor hace promesas, no se pone “manos a la obra” y, cuando falla, sólo se sabe justificar.
14. Un triunfador dice: “Soy bueno, pero puedo mejorar”.
15. Un perdedor dice: “No soy tan malo como otros”.
16. Un triunfador sabe escuchar, comprende y responde.
17. Un perdedor interrumpe y no espera que llegue su momento de hablar.
18. Un triunfador respeta a aquellos que saben más y se preocupa en aprender algo de ellos.
19. Un perdedor se resiste a todos los que saben más y sólo se fija en sus defectos.
20. Un triunfador consigue “ver el bosque en su totalidad”.

21. Un perdedor se fija sólo en “el árbol que le toca plantar”.
22. Un triunfador se siente responsable por algo más que su propio trabajo.
23. Un perdedor no se compromete y siempre dice: “Hago mi trabajo y ya es bastante”.
24. Un triunfador trabaja mucho y gasta más tiempo para sí mismo.
25. Un perdedor está siempre ‘muy ocupado’ o ‘muy cansado’ y no tiene tiempo para los suyos.
26. No importa cuan fuertes sean tus creencias. Si no usas tu sabiduría para crear cambios positivos, sigues siendo parte del problema, no de la solución.

El método de Bill Gates
El segundo hombre más rico del mundo del año 2010

Es inusual tener tanta suerte en la vida, creo.
Pero esta ha sido un factor muy importante
en lo que he podido hacer.
BILL GATES

Una idea fija en tu mente
es una predicción de tu futuro.
BILL GATES (citado por Victor Boc)

En el *El optimista impaciente* Lisa Rogak recoge toda una serie de pensamientos de Gates y allí nos habla también de la predicción que hizo Bill Gates unos años atrás sobre una pandemia, igual a la que se está viviendo en los años veinte de este siglo XXI. La llaman Covid19. Realmente es sospechoso, y medio mundo lo cree así, que alguien tan ligado a la industria farmacéutica hoy día, de repente se convirtiera en agorero futurista, no ha sido el único vaticinio del fundador de Microsoft. En 2008 defendió que debía haber un cambio en la mentalidad económica. Lo llamó ‘capitalismo creativo’. ¿Es el momento de hacerle caso?

Gates suele estar entre los primeros lugares de los personajes más ricos del mundo y, en alguna ocasión incluso como el primero. Y, desde que se retiró del mando de su empresa Microsoft, se dedica a dirigir su propia fundación, de la que sale tanto dinero para paliar problemas de la humanidad como para crearlos (según algunos).

El texto que sigue es una transcripción, originalmente en vídeo, de una conferencia a estudiantes y padres en la Yale University. La conferencia, que podríamos considerar como el método de Gates, independientemente de lo que pudiera haber aprendido de Napoleon Hill y otros, se resume en las siguientes:

ONCE REGLAS

1. La vida no es justa. Acostúmbrate a ello.
2. Al mundo no le importa tu **autoestima**. El mundo espera que logres algo, independientemente de que te sientas bien o no contigo mismo.
3. No ganarás 5000 dólares mensuales justo después de haber salido de la universidad, y no serás un vicepresidente hasta que con tu esfuerzo te hayas ganado ambos logros.
4. Si piensas que tu profesor es duro, espera a que tengas un jefe. Ese sí que no tendrá vocación de enseñanza ni la paciencia requerida.
5. Dedicarse a voltear hamburguesas no te quita dignidad. Tus abuelos tenían una palabra diferente para describirlo, lo llamaban **Oportunidad**.
6. Si metes la pata no es culpa de tus padres. Así que no lloriquees por tus errores; aprende de ellos.
7. Antes de que nacieras, tus padres no eran tan aburridos como lo son ahora. Ellos empezaron a serlo al pagar tus cuentas, limpiar tu ropa y escucharte hablar acerca de la nueva onda en que estás. Así que antes de emprender tu lucha por las selvas vírgenes contaminadas por la generación tus padres, inicia el camino limpiando las cosas de tu propia vida, empezando por tu habitación.
8. En la escuela puede haberse eliminado la diferencia entre ganadores y perdedores, pero en la vida real no. En las escuelas ya no se pierden años lectivos, te dan las oportunidades que necesitas para encontrar la respuesta correcta en tus exámenes y para que tus tareas sean cada vez más fáciles. Eso no tiene ninguna semejanza con la vida real.
9. La vida no se divide en semestres. No tendrás vacaciones de verano largas en lugares lejanos, y muy pocos jefes se interesarán en ayudarte a que te encuentres a ti mismo. Todo eso tendrás que hacerlo en tu tiempo libre.
10. La televisión no es la vida diaria. En la vida cotidiana, la gente de verdad tiene que salir del café y de la película para irse a trabajar.
11. Sé amable con los más aplicados de la clase. Existen muchas posibilidades de que termines trabajando para uno de ellos.

Si bien es cierto que son reglas duras, vale la pena compartirlas, porque son sacadas de la vida real y de la experiencia de uno de los hombres más exitosos de la historia empresarial del mundo.

El método de Warren Buffett

(Fue el tercer personaje más rico del mundo en el año 2010, según Forbes)
El riesgo viene por no saber lo que estás haciendo.
W. BUFFETT

De Buffett se ha escrito algún que otro libro, como *Buffettology*. Es un inversionista y empresario, ya retirado, de referencia para todos los inversionistas del mundo, el *Oráculo de Omaha* le llaman. De manera que si te gustan las inversiones, aquí hay donde para orientarse.

- Compró su primera acción a los 11 años, ¡y se lamenta de haber empezado demasiado tarde!
- Compró una pequeña granja a los 14 años con sus ahorros

provenientes de repartir periódicos.

• Todavía vive en la misma pequeña casa de 3 cuartos en Omaha comprada tras casarse hace 50 años. Él dice que tiene todo lo que necesita en esa casa. Su casa no tiene ningún muro o reja.

• Él conduce su propio coche a todas partes y no tiene conductor ni guardaespaldas.

• Nunca viaja en jet privado, a pesar de ser el dueño de la compañía de jets privados más grande del mundo.

• Su Cía. Berkshire Hathaway, es dueña de 63 compañías.

Escribe solo una carta cada año a los CEOs de estas compañías, dándoles las metas para el año. Nunca convoca a reuniones o los llama regularmente.

Él les da dos reglas a sus CEOs:

– Regla número 1: No perder nada del dinero de sus accionistas.

– Regla número 2: No olvidar la regla número 1.

No socializa con gente de su categoría. Su pasatiempo al llegar a casa es prepararse palomitas de maíz y ver la televisión.

Bill Gates, lo conoció hace apenas unos pocos años pensando que no tenía nada en común con él. Por esto, programó la reunión para que durara únicamente media hora.

Pero cuando Gates lo conoció, la reunión duró diez horas y Bill Gates se volvió un devoto de Warren Buffett.

Warren Buffet no anda con el teléfono en el bolsillo, ni tiene una computadora en su escritorio.

Su consejo para la gente joven: aléjate de las tarjetas de crédito e invierte en ti.

RECUERDE:

• El dinero no crea al hombre, sino que fue el hombre el que creó el dinero.

• La vida es tan simple como usted la haga.

• No haga lo que los otros digan. Escúchelos, pero haga lo que lo haga sentirse mejor.

• No se vaya por las marcas. Póngase aquellas cosas en las que se sienta cómodo.

• No gaste su dinero en cosas innecesarias. Gaste en aquellos que de verdad lo necesitan.

• Después de todo, es su vida. ¿Para qué darle la oportunidad a otros de manejársela?

• Si el dinero no sirve para compartirlo con los demás, entonces, ¿para qué sirve?

• Ayude aunque no pueda hacerlo; siempre habrá bendición para aquellos que saben compartir.
• No gaste el dinero que no tiene. El crédito, préstamos, etc., fueron inventados por la sociedad de consumo.
• Antes de comprar algo, piense: ¿Qué me pasará si no lo compro? Si la respuesta es 'nada', no lo compre; no lo necesita.

Buffett acuñó su filosofía inversora en 20 claves que se detallan a continuación:

1. Nunca invierta en un negocio que no pueda entender, como tecnologías complicadas.
2. Si no puede ver caer un 50% su inversión sin pánico, no invierta en el mercado de valores.
3. No intente predecir la dirección del mercado de valores, la economía, los tipos de interés o las elecciones.
4. Compre compañías con buen historial de beneficios y posición dominante de mercado.
5. Sea temeroso cuando otros son codiciosos y viceversa.
6. El optimismo es el enemigo del comprador racional.
7. La capacidad de decir "no" es una enorme ventaja para un inversor.
8. Gran parte del éxito puede atribuirse a la inactividad. La mayoría de los inversores no resiste la tentación de comprar y vender constantemente, pero la piedra angular debe ser el letargo, bordeando la pereza.
9. Las oscilaciones salvajes de precios están más relacionadas al comportamiento de los inversores que a los resultados.
10. Un inversor necesita hacer muy pocas cosas bien si evita grandes errores. No es necesario hacer algo extraordinario para conseguir resultados excelentes.
11. No tome seriamente los resultados anuales, sino los promedios de cuatro o cinco años.
12. Céntrese en el retorno de la inversión (no en ganancias por acción), el nivel de endeudamiento y los márgenes de beneficio.
13. Invierta siempre a largo plazo.
14. Es absurdo el consejo de que "nunca se quiebra tomando beneficio".
15. Recuerde siempre que el mercado de valores es maníaco-depresivo.
16. Compre un negocio, no alquile las acciones.
17. Busque empresas con mercados amplios, fuerte imagen de marca y consumidores fieles.

18. También son interesantes algunas compañías con marcas consolidadas pero que están infravaloradas por dificultades transitorias. Para buscar estas oportunidades, deben aprovecharse los mercados bajistas.
19. Busque compañías con gran capacidad de generación de efectivo y que, una vez en marcha, no necesiten grandes reinversiones.
20. Cuanto más absurdo sea el comportamiento del mercado, mejor será la oportunidad para el inversor metódico.

El método de Donald Trump

Sin pasión, no tienes energía;
sin energía, no tienes nada.
En el mundo no hay nada grande
que se logre sin pasión.
D. TRUMP

Donald Trump era un magnate multimillonario neoyorquino del negocio del ladrillo, los hoteles y los campos de golf, antes de ser presidente de EE.UU.
Como buen capataz, su manera de hablar era chillando.
Ahora menos, y ya descabalgado de la presidencia de Estados Unidos, solo aspira a volver a ella y poder terminar el muro que lo separa de México y que dejó sin acabar. Ese muro en realidad pertenecería al propio México, ya que está en el territorio que EE.UU. le arrebató de cuando México se independizó de España (más del 60% del país de lo que era).
En asociación con su amigo Robert Kiyosaki, ¿escribió? *Por qué queremos que tú seas rico,* un libro muy conocido ¿suyo? Existen algunos vídeos en Internet. También ¿escribió?[139] *Nunca tires la toalla.*

De todo ello, expongo lo siguiente:

1. Me gusta pensar en grande. Sé concienzudo, el **azar** no te llevará a ninguna parte.
2. Genera 'momentum' y mantenlo en movimiento.
3. Hay que tener grandes ideas pero también la energía para que se realicen, lo cual a veces lleva mucho tiempo. La paciencia sola no es suficiente.
4. Mantente enfocado. Tan pronto como pierdas foco, pierdestambién tu momentum. Ambas cosas van juntas.

5. Hazte esta pregunta: ¿Qué debería estar pensando yo ahora mismo? Esta simple pregunta puede restaurar tu foco instantáneamente.
6. Mira la solución, no el problema, porque hagas lo que hagas, tendrás problemas de vez en cuando. Si dejas que los problemas se metan en tu camino, se volverán más grandes que tu idea y serás derrotado.
7. Ve la oportunidad por lo que es: una oportunidad.
Cada día una pregunta: ¿Qué puedo aprender hoy que no sepa? Así aprendo algo nuevo cada día, lo que es uno de los principales motivos de mi éxito.
8. Ábrete a las nuevas ideas y pronto estarás creando tus propias oportunidades.
9. Aprende todo lo que puedas sobre lo que estás haciendo.
Es un buen modo de cubrir tus bases. Otro muy bueno es leer.
10. Sé afortunado. El refrán que dice: "Cuanto más trabajo, más suerte tengo" resulta que es verdad.
11. Sé APASIONADO, es la vía rápida al éxito.
12. Ama lo que haces SI QUIERES TRIUNFAR EN ELLO.
13. Nunca serás exitoso, saludable y feliz, si no haces algo que ames.
14. Si te sientes frustrado, utiliza la frustración para avanzar adonde quieres ir.
15. Mírate victorioso. Eso puede anular la negatividad inmediatamente.
16. Mira los problemas como desafíos. Eso es pensamiento positivo.
17. Sé inteligente, eso significa que sabes usar lo que tienes.
18. Encuentra la manera de usar lo que tienes.
19. Todo el mundo tiene algo valioso que ofrecer.
20. Nunca te rindas. Sólo los perdedores abandonan.

Y otro:

Actúa como un general. Llevar adelante un negocio es como ser un general del ejército. A uno de mis empleados tuve que darle un susto para que reaccionara. ¡Y tanto que lo hizo! La gente creativa raramente necesita ser motivada, ellos llevan algo en su interior que rechazan el aburrimiento. Rechazan ser complacientes.
Viven en el filo, lo cual es precisamente lo que se necesita para triunfar y seguir siendo un triunfador.

1. Mantente alerta. No garantices personalmente nada a nadie.
2. Aprovecha tu momento. No importa que pienses lo bien queconoces tu negocio, debes permanecer vigilante acerca de los detalles en tu campo.
3. Contrata a un buen personal adjunto. Rodéate de gente en la que puedas confiar.

4. Recuerda: la responsabilidad empieza en ti. Si no sientes emoción por lo que haces, ¿cómo puedes esperar que otros lo hagan?
5. No te andes por las ramas. Si te andas por las ramas, es un indicio de que no estás seguro de ti mismo y de lo que estás haciendo.
6. Hazte dos preguntas:
   a). ¿Hay alguien que pueda hacer esto mejor que yo? conócete y conoce a tu competencia.
   b). ¿Qué es lo que no quiero ver? Todos nos podemos ver arrastrados por la euforia en un momento de creatividad. Antes de que el sueño te eleve hasta las nubes, asegúrate de que te has fijado a conciencia en lo que ocurre en el suelo.
7. Las excusas sólo alargan las situaciones. Una vez retrasé el despido de alguien por dos años porque siempre tenía una batería de excusas, al final todas eran falsas y lo despedí.
8. Cada nueva contratación es una apuesta. No puedes esperar llegar a ser un empleado valorado si no te haces valorar.
9. Las ideas son bienvenidas, pero asegúrate de elegir las correctas. Yo dejo a la gente que me haga llegar sus ideas.
10.Pero han de ser expuestas sucintamente y tan claras como sea posible.

Además:
1. Mi consejo es siempre el mismo: comienza a pensa positivamente o te terminarás boicoteándote a ti mismo.
2. Soy una persona muy cautelosa, la cual no tiene nada que ver con ser pesimista. Se trata de tener un pensamiento positivo y, al mismo tiempo, una gran dosis de realismo.
3. Si te dedicas a algo que amas, no tardarás en convertirte en un ganador.
4. Muchas veces tenemos más recursos de lo que pensamos. No me gusta que me subestimen e intento no subestimar a nadie.
5. Mantén la concentración en tu negocio y en todo lo que hagas.
6. Mantén la visión de la globalidad mientras atiendes los detalles cotidianos.

El método de Brian Sher

Ganar muchísimo dinero y hacerse rico
resulta simple, pero no es fácil.
B. SHER

En su obra *Lo que los ricos saben y nunca explican a nadie*, dice:

“Los individuos más ricos y de mayor éxito son las personas más completas, con una gama de cualidades, valores y creencias personales que contribuyen a su éxito. Tales indivíduos comenzaron por cultivar

sus cualidades y luego, a través de la repetición, las convirtieron en hábitos eficaces que les han acompañado durante toda su existencia".

"Las malas costumbres no desaparecerán con premura; tiene que reemplazarlas por hábitos triunfales, cuanto más los practique, más se convertirán en parte de usted".

"Cuanto más tiempo haga las cosas de manera diferente, menos obstáculos planteará el desarrollo de hábitos nuevos".
Una vez que haya adquirido los precisos Fundamentos Personales, la tarea de ganar dinero le resultará mucho más sencilla".

Vamos a exponer a continuación esos fundamentos:

LOS 36 FUNDAMENTOS PERSONALES DE LA RIQUEZA

A.- APRENDIZAJE
1. Practica perfectamente para hacer perfectas las cosas.
Tiene la mayor importancia conseguir absolutamente bien un hábito triunfal.
2. Ten una mente abierta para averiguar aquello sabido por las personas de éxito y que les permite triunfar.
3. Sé flexible. Hazte rico en saber y en experiencias y luego llegarán todas las demás riquezas.
4. Concéntrate en el mejoramiento continuado de ti mismo.
Si no aprendes y creces, no sólo será difícil que te sobrevenga el éxito, sino que te rehuirá.

B.- ORIENTACIÓN
5. Forja grandes sueños.
6. Posee un claro sentido de la orientación.
7. Fíjate objetivos y anótalos.

C.- SINGULAR
8. Sé único.
9. Relaciónate con las personas adecuadas.
10. Solicita ayuda.

D.- CONCENTRACIÓN
11. Domina una cosa.
12. Haz una cosa detrás de otra.

E.- OPTIMISMO Y FE
13. Sé optimista.
14. Piensa positivamente.
15. Cree en ti mismo.

F. VALORES PERSONALES
16. Posee sólidos valores personales.
17. Dedícate a atender a otros.
18. Sé honesto contigo mismo y con los demás.
19. Sé el primero en dar.

G. PASIÓN Y DEDICACIÓN
20. Haz lo que te guste.
21. Desarrolla una mentalidad de trabajador esforzado.
22. Sé perseverante.
23. Comprométete.
24. Ten paciencia.
25. Paga el precio de antemano.
26. Desarrolla una autodisciplina.

H. RIESGO
27. Arriésgate

I. RESPONSABILIDAD
28. Acepta la responsabilidad.

J. FRACASO
29. No desesperes si fallas. Aprenderás y tu empeño mejorará.
30. Sepas que no eres perfecto.
31. Acepta los altibajos.
32. Desarrolla la capacidad de recuperación.
33. Si caes no te quedes abajo.

K. APREMIO
34. Toma velozmente las decisiones.
35. Desarrolla fama de rápido.

L. EMPLEO
36. Sé tu propio jefe.

Sher, sin embargo, también dice en la misma obra algo como esto: "Por lo que yo sé, sólo hay 5 maneras de hacer dinero:

1. Robarlo o privar a los demás del suyo.
2. Heredarlo.
3. Colocarlo en inversiones financieras.
4. Trabajar para conseguirlo.
5. Dedicarse a los negocios, la manera más adecuada.

Spencer Johnson es coautor con Kenneth Blanchard de la obra *El ejecutivo al minuto*, y autor de *¿Quién se ha llevado mi queso?* De esta obrita que en realidad es un cuento-metáfora, entresacamos aquello que lo resume y da idea de lo que el autor entiende qué es necesario en la vida para tener **buena suerte**.
El queso es la metáfora de lo que uno quiere tener en la vida, ya sea un trabajo, una relación amorosa, dinero, una gran casa, libertad, salud, reconocimiento, paz interior o incluso una actividad como correr o jugar al golf.

> «Mírate, Kof, mírate –se decía. Cada día hago las mismas cosas, una y otra vez, y me pregunto por qué la situación no mejora. Si esto no fuera tan ridículo, sería incluso divertido.
> Cuanto más importante es el queso para uno, más se desea conservarlo.
> Si no cambias te extingues.
> ¿Qué harías si no tuvieses miedo?
> Avanzar en una dirección nueva a encontrar un nuevo queso. Cuando dejas atrás el miedo, te sientes libre.
> Imaginarse disfrutando el queso nuevo antes incluso de encontrarlo, conduce hacia él.
> Cuanto antes se olvida el queso viejo, antes se encuentra el nuevo queso.
> Es más seguro buscar en el laberinto que quedarse de brazos cruzados sin queso.
> Las viejas creencias no conducen al nuevo queso.
> Cuando ves que puedes encontrar un nuevo queso y disfrutar de él, cambias de trayectoria.
> Notar enseguida los pequeños cambios ayuda a adaptarse a los cambios más grandes que están por llegar».

EN RESUMEN

- El cambio es un hecho.
- Prevé el cambio.
- Controla el cambio.
- ¡Cambia!
- Adáptate rápidamente al cambio.
- ¡Disfruta del cambio!
- El queso se mueve constantemente.
- Permanece alerta a los movimientos del queso.
- Prepárate para cambiar rápidamente y disfrutar otra vez.
- Muévete cuando se mueve el queso.
- Huele el queso a menudo para saber si se está enmoheciendo.
- Cuanto antes se olvida el queso viejo, antes se disfruta del

nuevo.
• Saborea la aventura y disfruta del nuevo queso.

El método de Jim Rohn

La gente exitosa tiene bibliotecas.
El resto tiene grandes televisores.

Si motivas a un idiota, todo lo que obtienes es un idiota motivado.

El ingreso rara vez es mayor que el desarrollo personal.

Jim Rohn (1930-2009) fue un empresario estadounidense, autor y orador motivador. Su obra ha influido en el lanzamiento o la promoción de las carreras de muchos otros en la industria del desarrollo personal, incluyendo a Anthony Robbins, Mark Victor Hansen, Brian Tracy y Jack Canfield.
Jim Rohn se consideró un "filósofo de negocios".
No pretendía enseñar verdades nuevas, sólo los fundamentos, como le gustaba decir. "No hay fundamentos nuevos. La verdad no es nueva, es vieja. Tienes que sospechar un poco de la persona que dice: ¡ven aquí, te quiero mostrar mis antigüedades fabricadas! No, usted no puede fabricar antigüedades".
Las siguientes frases suyas, sacadas de aquí y allá, podrían darnos idea de cuál era su método para alcanzar la **buena suerte** que obtuvo en su vida ya a temprana edad:

• El éxito no es algo que encontramos, es algo que atraemos como consecuencia de la persona en la que nos convertimos.
• Si no te gusta lo que te sucede, cámbialo.
• Mira cada día como una oportunidad para invertir en la vida. Una oportunidad para compartir tu experiencia con alguien más. Cada día es una oportunidad de crear milagros en la vida de los demás.
• El éxito consiste en hacer cosas ordinarias de manera extraordinaria.
• El éxito no es mágico ni misterioso. Es una consecuencia natural de aplicar consistentemente los fundamentos básicos.
• El éxito es simplemente la aplicación diaria de la disciplina.
• La motivación es lo que te ayuda a empezar.
• El hábito te mantiene firme en tu camino.
• Si no te gusta donde estás, muévete, no eres un árbol.
• Toma la decisión de pensar lo mejor de los demás.
• Toma la decisión de creer en los demás.
• Alegra a las personas, no las desanimes.

• No existen los límites.
• Sé entusiasta.
• Ayuda a otros. Quita tu ego de en medio.
• Piensa como una persona de acción.
• Actúa como una persona de pensamiento.
• No dejes que nada apague tus sueños.
• Nunca mates una idea.
• Nunca te rías de los sueños de los demás.
• Nunca te rías de los sueños de los demás.
• No aceptes ninguna excusa.
• Cumple tus promesas.
• No sientas vergüenza de lo que crees.
• No tengas miedo de soñar, tenlo de no hacerlo.

De su obra *Siete estrategias para alcanzar riqueza y felicidad*, resumo dichas estrategias, pero si quieres profundizar más, te recomiendo leer completa dicha obra:

LAS 7 ESTRATEGIAS

1.- Libere la fuerza de los objetivos.
Objetivos: Lo que motiva a las personas.
El poder de las ilusiones.
El poder de los objetivos bien definidos.

Razones

2.- Busque la sabiduría.
3.- Aprenda a cambiar.
4.- Controle sus finanzas.
5.- Domine el tiempo.
6.- Rodéese de triunfadores.
7.- Aprenda el arte de vivir bien

SU SISTEMA DE METAS

La vida mejor vivida es aquella que es planeada y diseñada y que no solo ocurre por accidente. La ignorancia no es felicidad, sino una tragedia.
JIM ROHN

El sistema de metas de Jim Rohn es un sistema muy sencillo, pero a la vez muy poderoso.

Jim Rohn cuenta que su asesor, Earl Shoaf, al poco tiempo de conocerlo, le pidió ver su lista de metas. Jim le contestó que no tenía

ninguna, por lo que Shoaf le dijo que podía adivinar su situación financiera con bastante exactitud, y lo hizo acertadamente: pobre y batallando para sobrevivir. En ese tiempo Jim Rohn ganaba apenas lo suficiente para mantener a su familia.

Su asesor le dijo que aprender a fijar metas podría mejorar drásticamente su situación financiera. Jim Rohn logró ganar su primer millón de dólares en tan solo 6 años desde que comenzó a fijarse metas y a dedicarse al estudio de la superación personal.

Seguir el sistema de metas de Jim Rohn te asegura que tu vida tendrá color, profundidad, propósito, claridad y sentido. ¿No es eso lo que buscamos? ¿No es esa la razón por la cual le dedicamos horas y horas al estudio de este tipo de material? Saber fijar metas te dará esto y mucho más.

PASOS DEL SISTEMA DE METAS DE JIM ROHN

PASO 1. Escribe tus 5 logros más importantes hasta la fecha.
PASO 2. Escribe TODO lo que quieres en tu vida en los próximos 10 años.
PASO 3. Asígnale a cada cosa en tu lista un número (1, 3, 5 o 10). Esto representa el número de años que consideras que tardarías en lograr cada meta.
PASO 4. De tu lista de metas de 1 año, identifica tus 4 metas más importantes para ti.
Éstas se convertirán en las metas a las cuales le dedicarás la mayor parte de tu tiempo, energía y compromiso.
PASO 5. Contestar la pregunta: ¿Por qué lo quiero? para tus 4 metas más importantes. “Cuando el ¿porqué? se fortalece, el ¿cómo? se simplifica”.
PASO 6. Identifica el numero de metas de 1, 3, 5 y10 años. Debe haber un equilibrio entre el número de tus metas cortas, medianas y largas.
PASO 7. Contesta la siguiente pregunta: ¿En qué persona me debo convertir para alcanzar estas metas?

Fíjate metas por la persona en que te tendrás que convertir para alcanzarlas. Ésta fue una de las enseñanzas más importantes que Shoaf le dio a Jim Rohn. Éste es el paso más importante del sistema de metas de Jim Rohn.

El método de Brian Tracy

Tracy es un emprendedor y empresario. Entre sus libros más interesantes, yo colocaría *El camino hacia la riqueza, Create your own future,* y *21 secretos del éxito de los millonarios.*

PASOS DEL SISTEMA DE METAS DE BRIAN TRACY

PASO 1. Decide exactamente lo que quieres. Sé específico hasta el último detalle. Las metas vagas y generales no conllevan energía y rara vez se llegan a cumplir. Si tu meta tiene que ver con dinero, deberás especificar la cantidad exacta que deseas ganar.

PASO 2. Escríbelas. Una meta que sólo se queda en la mente es una mera fantasía.

PASO 3. Establece una fecha límite para lograrla. Las fechas te mantienen enfocado y crean un sentido de urgencia para la realización de tu meta. Además, con una fecha límite, la mente inconsciente se programa para que las cosas sucedan con mayor rapidez; y la Ley de la Atracción es invocada para asegurar su cumplimiento de acuerdo a las Leyes Universales.

PASO 4. Haz una lista de todo lo que puedas hacer para lograrla. Cuanto más larga sea tu lista, más emocionado y motivado estarás para lograr tus metas. Te estás enfocando en la solución y no en el problema.

PASO 5. Organiza tu lista por secuencia y prioridad. La secuencia determina el orden de las tareas y su prioridad su nivel de importancia. Cuando tienes tus tareas organizadas de esta manera tienes un plan.

PASO 6. Actúa. La razón principal por la cual algunas personas logran el gran éxito es porque toman acción y actúan sobre sus metas. Los que fallan siempre encontrarán excusas para postergar su actuación.

PASO 7. Haz algo todos los días para acercarte a tu meta más importante. Haz algo los 365 días de cada año, aunque sea algo sencillo como leer 10 minutos.
Debes desarrollar la disciplina para trabajar en tus metas diariamente para que sea algo tan normal y natural como respirar.

IDEAS PARA CONSEGUIR METAS

• **ACLARAR LOS OBJETIVOS**. No importa de dónde vienes; lo único que importa es adónde vas.

• **NO DECIR A NADIE LAS PROPIAS METAS**. Para evitar el rechazo si nuestras metas al final no las conseguimos.

• **TE CONVIERTES EN LO QUE PIENSAS**. La mayor parte de las personas que no consiguen sus objetivos piensan y hablan, la mayor parte del tiempo, de lo que no quieren. Pero los que consiguen sus objetivos, mantienen su mente centrada
en ideas y conversaciones relacionadas con sus metas. La mayor parte del tiempo piensan y hablan de temas relacionados con sus objetivos.

• **NECESIDAD DE SENTIDO Y PROPÓSITO EN LA VIDA**. Es una de las mayores necesidades de los seres humanos. Es importante que la selección de tus objetivos contenga esta motivación básica.

• **NADIE VA A ACUDIR EN TU RESCATE EN TODO MOMENTO.** El autor un día comprendió que todo lo que le iba a suceder en la vida, dependería enteramente de él. La mayoría de las personas nunca lo comprenden... están atrapadas en el pasado y no pueden liberarse.

•**LAS EMOCIONES NEGATIVAS, TUS PEORES ENEMIGOS**. Una de las metas más importantes para conseguir tus objetivos es librarte de las emociones negativas.

La primera causa de las emociones negativas es la justificación. Solo puedes seguir negativo mientras puedas justificar ante ti y los demás, que tienes derecho a estar furioso o disgustado por alguna razón.

La segunda causa es la racionalización, dar una "explicación socialmente aceptable a un hecho que, de lo contrario, será socialmente inaceptable".

La tercera causa de las emociones negativas es una excesiva preocupación o hipersensibilidad hacia la manera en que los demás nos tratan.

La cuarta causa y la peor es **CULPAR A ALGUIEN**.

El antídoto contra las emociones negativas:
aceptar la completa responsabilidad de
nuestra situación

• **ELABORA TU PROPIA ESTRATEGIA**. Igual que el presidente de una empresa es responsable de la estrategia y las actividades de la misma, también tú eres responsable de la planificación estratégica de tu propia vida personal y profesional.

• **CÉNTRATE EN TU LUGAR DE CONTROL INTERNO**. Las personas que no giran en torno a lo que otros hacen o dicen, sino en torno a lo que ellos quieren o piensan, sienten que tienen control sobre sus vidas.

• **PLANIFICA TU VIDA**. Aunque sólo vivimos en el presente, ello no

impide que podamos guiar nuestro presente, para conseguir determinados objetivos.

• **CREA UNA IDEA DE PLANIFICACIÓN**. Puedes crear una fantasía pensando cómo será tu vida deseada, imaginándola.

• **CÓMO CONOCER TUS VALORES**. Si tienes dudas, pregúntate cómo has actuado bajo presión en algún momento de tu pasado, qué elegiste cuando te viste obligado a elegir.

• **TU PASADO NO ES TU FUTURO**. Para conseguir tus objetivos, ten claro que no importa lo que haya ocurrido en el pasado. No importa de dónde viene, importa adónde va.

• **LA IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA**. Cuanto más nos gustamos a nosotros mismos, más felices somos.

• **DEFINIENDO LAS METAS**. Henry David Thoreau dijo: "¿Habéis construido vuestros castillos en el aire? Bien. Ahí es donde deben ser construidos. Ahora poned manos a la obra y construid cimientos debajo de ellos".

• **TUS METAS DEBEN SER TUYAS**. Deben ser metas auténticamente elegidas por Ti mismo.

• **NO COMPLIQUES LAS COSAS MÁS DE LO NECESARIO**. Muchas personas cometen el error de complicar en exceso sus metas. Tu objetivo debe ser simplificar lo máximo la solución adoptada e ir a la meta lo más fácilmente posible.

Los 21 secretos para mejorar sus finanzas

1. Sueña con grandes cosas. Permítete soñar con el tipo de vida que quisieras tener. Determina cuánto dinero deberías ganar para poder llevar el estilo de vida que añoras. Haz el ejercicio mental de proyectar tu situación cinco años en el futuro e imagina que has llevado una vida perfecta. Fíjate en los detalles.

A través de este tipo de visiones a largo plazo, se logra una actitud más positiva y resuelta.

2. Desarrolla un claro sentido de la orientación. Las cosas en las que normalmente se piensa, y el modo en el que se piensan, son dos de los factores que más influyen en lo que le sucede a uno.

3. Considérate tu propio empleado. Tú eres el responsable de lo que pasa en tu vida; por lo que, si hay algo que no te gusta, tú eres el responsable de cambiarlo. Es decir, tú estás "a cargo".

4. Haz algo que te encante. Identifica algo para lo que estés dotado naturalmente y que te encantaría hacer, y dedícate de lleno a ello. No consideramos un trabajo lo que nos encanta hacer.

5. Comprométete con la excelencia. Disponte a ser el mejor en lo que hayas escogido hacer. Es preciso ser muy bueno, porque casi todas las personas exitosas son muy competentes.

6. Trabaja más y con mayor tesón. Puesto que todas las personas que se han vuelto millonarias por esfuerzo propio trabajan con tesón, tú deberías hacerlo también. Trabajar con tesón significa: empezar más temprano, quedarse hasta tarde y trabajar más intensamente.

7. Dedica toda tu vida a aprender. Aprende y mejora constantemente en el

campo que hayas elegido. Considera que tu cerebro es un músculo que se desarrolla más y más con el uso.
Al igual que los músculos físicos, es preciso trabajar y estirar los músculos mentales. Mientras más aprendas, más podrás aprender. Las tres claves para dedicar toda la vida al aprendizaje son:

- Lee acerca del área en la que te desempeñas entre 30 y 60 minutos diarios.
- Escucha en tu automóvil lecciones grabadas y aprovecha el camino para aprender.
- Asiste a tantos cursos y seminarios como te sea posible.

8. Págate primero a ti mismo. Comprométete a ahorrar e invertir por lo menos 10% de tus ingresos. Toma el 10% de cada pago que recibas y deposítalo en una cuenta destinada exclusivamente a la acumulación financiera.
9. Conoce tu negocio al detalle. Aprende a hacer mejor tu trabajo, y conviértete en un experto en su área. De este modo llegarás a la cima. Para tal fin, mantente al corriente de las últimas revistas y libros acerca de tu área.
10. Dedícate a atender a los clientes. Cuanto más sirvas a otras personas, mejor será tu retribución.
El servicio al cliente es de suma importancia.
11. Sé absolutamente **honesto**. Tomar la delantera requiere de una reputación de absoluta integridad porque todos los negocios exitosos han sido construidos sobre la confianza. Cuanto más crea la gente en ti, más dispuesta estará a trabajar para ti, darte crédito, prestarte dinero o comprarte bienes y servicios.
12. Concéntrate en tus **prioridades**. Aprender a establecer prioridades con regularidad y a alcanzarlas, te permitirá lograr casi siempre tus objetivos. Éste puede ser un hábito difícil de adquirir, por lo que serán necesarias voluntad, autodisciplina y resolución.
13. Desarrolla una reputación de **rapidez** y **confiabilidad**. Hoy en día, la gente quiere resultados inmediatos.
Por tal motivo, es preciso desarrollar una reputación de rapidez y de disposición a la acción. Actúa con rapidez cuando la gente así lo solicite, o cuando tú consideres que algo deba ser hecho.
14. Escala cima a cima. Al igual que los escaladores de montañas, tú deberás bajar de una cima para poder escalar otra.
15. Practica la **autodisciplina** en todo. El éxito está prácticamente asegurado si tú logras imponerte la disciplina de hacer lo que debes hacer y cuando lo debes hacer, aún cuando no te provoque. Tú debes ser capaz de autodominio, autocontrol y autodirección, y de favorecer el éxito a largo plazo frente a las gratificaciones a corto plazo.
16. Desata tu **creatividad** innata. Los tres factores que estimulan la creatividad son: las metas intensamente deseadas, los problemas apremiantes y las preguntas bien enfocadas.
17. Rodéate de la **gente adecuada**. Cuanta más gente conozcas, más exitoso serás y avanzarás más rápido. Tu grupo de referencia es importante porque, al igual que el camaleón, tú deberás enfrentarte a las actitudes, valores, comportamientos y creencias de la gente que te rodea.
18. Preocúpate por tu **salud física**. Es posible aspirar a vivir 80 años o más en la medida en que se mantenga la salud física necesaria para ser exitoso profesionalmente. Mantén el peso adecuado, sigue la dieta adecuada y ejercítate regularmente.
19. Sé **resuelto** y estate dispuesto a la **acción**. Las personas que se han vuelto millonarias por esfuerzo propio piensan cuidadosamente y toman decisiones rápidamente.

20. Nunca permitas que el **fracaso** sea una opción. El miedo al fracaso, no el fracaso mismo, es el mayor obstáculo del éxito. El fracaso hace más fuertes y determinadas a las personas, mientras que el miedo al fracaso las paraliza.
21. Pasa la prueba de la **persistencia**. Independientemente de lo que ocurra, no te rindas. Estate dispuesto a insistir, sin importar las dificultades, las desilusiones ni los retrasos.

El método de Zig Ziglar

La actitud es lo que marca
toda la diferencia.
ZIG ZIGLAR

Zig Ziglar (1926-2012) fue un máster comunicador y motivador que ha ayudó a millones de personas a conseguir sus objetivos. De su obra *Pasos hacia la cumbre del éxito,* entresaco lo siguiente:
Sé que ustedes como yo, desean dejar su huella en esta vida. Una forma de ponerse seriamente en camino para lograr esa meta es adoptar las "diez guías para lograr el éxito" elaboradas por Marshall Field. Dicho sea de paso, que este hombre fue uno de los hombres de negocios de mayor éxito a escala mundial. De modo que sus observaciones son dignas de la mayor credibilidad.

1. El valor del **tiempo**: No lo desperdicie.
2. El valor de la **perseverancia**: No se rinda.
3. El placer de **trabajar duro**: No sea perezoso.
4. La dignidad de la **sencillez**: No sea complicado.
5. El valor del **carácter**: No sea deshonesto.
6. El poder de la **bondad**: No sea desalmado.
7. La llamada del **deber**: No sea irresponsable.
8. La sabiduría del **ahorro**: No sea derrochador.
9. La virtud de la **paciencia**: No sea impaciente.
10. El mejoramiento de las **destrezas**: No deje de practicar. Me gustan estas guías. Les caen de sorpresa a muchos, porque son muy obvias y simples. El éxito no es complicado. Las acciones de usted están controladas por sus pensamientos, y sus pensamientos están controlados por lo que usted constantemente le inyecte a su mente o deja que le inyecten otros, porque son muy obvias y simples. El éxito no es complicado.

Algo antes, en el mismo libro, dice:

Deseo formularle a usted una pregunta muy importante:
¿Tiene usted un libro de deseos?
Cuando yo era niño durante la Depresión, en los Estados Unidos, a menudo tomaba el catálogo de Sears Roebuck y, a medida que pasaba las páginas, soñaba con tener este juguete o aquel, esta prenda de vestir o ese rifle, y así con miles de artículos más. Mi sueño era poder poseerlos todos algún día.
Yo creo que cada uno de nosotros, sin distingo de edad, necesita un libro de deseos. Sin embargo, para convertir esos sueños en realidad, todos debemos elaborar planes y realizar una acción específica. He aquí siete pasos que usted

debe dar para alcanzar sus metas o realizar sus sueños:

1. Defina claramente lo que quiere.
2. Defina claramente por qué desea alcanzar esa meta específica.
3. Haga una lista de los obstáculos que se interponen entre usted y su meta.
4. Defina el proceso de desarrollo, o sea, lo que usted necesite saber, para lograr su meta.
5. Determine las personas con quienes necesita trabajar para lograr su meta.
6. Elabore un plan detallado de acción para lograr esa meta.
7. Fije la fecha en que espera alcanzar esa meta.

Estos siete pasos le sacarán del estadio de los sueños para pasar al estadio de las realizaciones en el camino hacia el éxito.

Y de su obra *Great quotes:*

Tú puedes tener cualquier cosa que desees en la vida, si ayudas lo suficiente a otras personas a obtener lo que deseen.

• Es tu actitud y no tu aptitud la que determina tu altitud.

• ¿Cuál es tu actitud? La actitud puede causarte más problemas de lo que piensas.

• ¿Descorazonado? Recuerda que la noche más oscura no apaga todas las estrellas.

• Cómo te levantes por la mañana, influirá, en gran parte, en cómo de alto subas en la vida.

• Espera lo mejor, prepárate para lo peor y capitaliza lo que venga.

• Cada pensamiento que entra en tu mente tiene algún grado de efecto.

• Los ganadores se evalúan ellos mismos de manera positiva y buscan tanto sus fuerzas, como trabajan para sobrellevar las debilidades.

• Cuando tu confianza crece, tu competencia crece igual.

• Muchas veces nuestras debilidades son extensión de nuestras fuerzas.

• Cada trabajo es un autorretrato de quien lo hace.

• El pensamiento positivo es la esperanza de que tú puedes mover montañas. La creencia positiva es la misma esperanza pero con una razón para creer en lo que haces.

• Una vez te has aceptado a ti mismo, es mucho más fácil aceptar a otras personas y sus puntos de vista.

• La oportunidad reside en el hombre, no en el trabajo.

• Si haces las cosas que necesitas hacer cuando necesitas hacerlas, entonces cualquier día puedes hacer las cosas que quieres hacer cuando quieres hacerlas.

• Ve tan lejos como puedas ver, y cuando llegues allí, siempre serás capaz de ver más lejos.

• Necesitas verte a ti mismo ya siendo y consiguiendo tus objetivos.

• Eres lo que eres y donde estás es a causa de lo que tienes en tu mente.

• Los cimientos para un éxito equilibrado son: honestidad, carácter, integridad, fe, amor y lealtad.

• Tienes dentro de ti todas las cualidades necesarias para el éxito.

• En tus manos están las semillas del fracaso o el potencial para la grandeza.

• Hay fuerza en las palabras, lo que dices es lo que consigues.

• La habilidad te puede llevar a lo alto, pero se necesita carácter para permanecer allí.
• Lo que hagas fuera del trabajo determina lo lejos que llegarás en el trabajo.
• No puedes subir los escalones del éxito con las ma nos en los bolsillos.

Su lista de las cualidades para el éxito

Tu nivel de éxito es relativo a las cualidades de tu vida.
Las cualidades son las que hacen a la gente exitosa. Así ¿cuáles son las cualidades que necesitas para desarrollar ser exitoso?

Estas treinta:

16. Humildez. 17. Entusiasmo. 18. Motivación. 19. Confianza. 20. Integridad. 21. Disciplina. 22. Dedicación. 23. Humildad. 24. Organización. 25. Objetivos. 26. Sentido común. 27. Conocimiento. 28. Trabajo duro. 29. Autorespeto. 30. Empatía.	1. Humor. 2. Amistad. 3. Motivación. 4. Confianza. 5. Integridad. 6. Disciplina. 7. Dedicación. 8. Humildad. 9. Organización. 10. Objetivos. 11. Sentido común. 12. Conocimiento. 13. Trabajo duro. 14. Autorespeto. 15. Empatía.

"Tú nunca conseguirás alcanzar aquello que quieres… tú sólo lograrás alcanzar aquello que puedas visualizar claramente".
"Recuerda que el fracaso es un acontecimiento, no una persona".

El método de Armando Ortega [140]

El hombre se convierte en lo que piensa todo el tiempo, y hace realidad aquello en lo que se concentra.
ARMANDO ORTEGA

Ortega es publicador del Directorio Comercial en México, autor de libros de mercadotecnia directa, mercadotecnia electoral, educación, ventas, desarrollo personal, filosofía, PNL, etc.

SIETE PASOS PARA ACONDICIONAR TU MENTE PARA EL ÉXITO

Todos los estudiosos del tema que nos ocupa afirman que antes de ser

rico en el bolsillo, uno ha de empezar a ser rico en su propia mente y en su imaginación.

PASO 1. Quererlo. ¿Qué quieres?
Muy pocas personas saben lo que quieren en la vida y por ello alcanzan pocas cosas satisfactorias. Los triunfadores saben quiénes son y lo que quieren ser; saben qué tienen y lo que quieren tener. Saben dónde están y adónde quieren llegar. Los deseos nebulosos en la mente van a seguir siendo deseos nebulosos en la mente toda tu vida. El paso inicial para que adquieran vida es que los anotes en una hoja de papel.

PASO 2. Proponerlo. Así que te pregunto: ¿Cuáles objetivos te propones alcanzar? ¿Exactamente qué significan para ti el éxito y la riqueza? ¿Cuál es la intención de tu vida?
Hacer una lista de objetivos propuestos es realmente fácil, a pesar de lo cual la gran mayoría de las personas rehúsan hacerlo. No se sienten dignos de sueños o de metas elevadas; o temen a las burlas de los demás; o están satisfechos con la medianía en que viven; o temen que será imposible lograr sus metas.

PASO 3. Visualizarlo. ¿Cuán claro, concreto y detallado es el futuro deseado? La totalidad de nuestra mente responde en forma asombrosa a las imágenes claras y detalladas que le describimos con una emoción intensa. Debemos usar esa misma energía mental en las cosas buenas que queremos, visualizándolas con todo detalle. Describe ampliamente por escrito tu situación financiera ideal, la casa de tus sueños, el negocio que te gustaría tener, y hasta la familia que quieres formar.

PASO 4. Enfocarlo. Atención, esfuerzo, recursos. El enfoque es vital, es indispensable, es definitivo. Nada es imposible para la persona capaz de concentrarse en un solo objetivo. Puedes tener varios objetivos valiosos en la vida; pero enfoca y logra uno a la vez.

PASO 5. Afirmarlo. Armonizar el pensar con el ser y el desear. Las afirmaciones son frases o declaraciones verbales que dicen lo que QUEREMOS. Nos ayudan a visualizar, enfocar y emocionarnos con nuestros sueños, y también a levantarnos como un resorte, muy temprano y ejecutar las acciones que nos lleven a la meta.

PASO 6. Programarlo. Programar es anotar, en su orden natural, todo lo que tienes que hacer para lograr un objetivo. Haz un programa para cada uno de tus objetivos.

PASO 7. Actuar como si. Podemos transformar nuestras vidas si actuamos como si ya estuvieran transformadas. Podemos llegar a ser mejores padres, o mejores estudiantes, o mejores empresarios, si actuamos como si ya fuéramos padres ejemplares, estudiantes brillantes y empresarios prósperos.

LAS DIEZ LEYES O REGLAS DE LA MISERIA

Pueden servirte para que medites, reacciones y despiertes. Son:

Regla 1. Nunca tendrás disponible ni un céntimo para invertir, pero siempre habrá miles para gastar.
Regla 2. Siempre gastarás más de lo que ganas.
Regla 3. Te pasarás el mayor tiempo posible viendo la televisión o acostado en cama oyendo la radio y, a ser posible, seguirás llenándote de hijos.
Regla 4. Nunca abandonarás la seguridad de un empleo, ni te permitirás la humillación de que te vean tus amigos vendiendo algo.
Regla 5. Siempre pedirás prestado y prestarás a todo el mundo, confiando

siempre en su palabra, sin tomar posesión de garantía alguna por lo que prestas.
Regla 6. Tendrás siempre la peor opinión de los ricos y de toda la gente próspera, porque de seguro que su fortuna es mal habida y apoyarás de palabra y de hecho (y con votos, sobre todo) a todos aquellos que prometan una distribución más equitativa de la riqueza. Más vale ser feliz y pobre que rico y desgraciado. Recuerda que el dinero es la raíz de todos los males.
Regla 7. Siempre te consentirás todos tus antojos de comida, bebida, diversiones, viajes, fiestas y celebraciones, porque la vida es corta y los sacrificios nunca han servido de nada. Guardar y ahorrar es de avaros y agarrados. Gasta como si no hubiera mañana (que tal vez no lo habrá) y cuida que no se te note la crisis.
Regla 8. Procura entregar un buen porcentaje de tu dinero a los negadores de la mente y los abusadores de la fe. Recuerda que ellos necesitan de tu dinero para cumplir su sagrada misión, de seguir manteniendo a las masas en la superstición, la docilidad, la ignorancia y el fanatismo. Ellos te dicen que el dinero es malo y por eso te lo quitan con todo tipo de engaños y artimañas (ya que en el cielo no lo vas a necesitar). Además, piensa que no puedes disfrutar del fruto de tus esfuerzos con la conciencia tranquila, mientras miles o millones se mueren de hambre en este planeta.
Regla 9. Échate compromisos más allá de tus fuerzas. Apadrinamientos, rifas, compromisos de compras en abonos financiados con tasas de usureros, etc.
Regla 10. Dale a todos los que te pidan: ayuda, caridad, apoyos, préstamos, etc., y, sobre todo, asume la responsabilidad de las vidas, problemas y finanzas ajenas.
Si haces todas estas diez cosas tendrás la garantía de vivir y morir en la miseria, así como dejar en la miseria a tus seres más queridos.

ESTRATEGIAS PARA EL ÉXITO Y LA RIQUEZA

EL PRIMER PASO es un programa de educación y desarrollo personal. Es un error tratar de descubrir uno mismo lo que otros ya descubrieron y revelaron a la Humanidad.

EL SEGUNDO PASO es la adquisición de herramientas o habilidades competitivas. Si ya tienes una profesión debes proponerte ser el mejor.

EL TERCER PASO es encontrar un modelo de excelencia, o varios modelos. Hay miles de hombres y mujeres exitosos a tu alrededor, y muchos estarían dispuestos a ayudarte si supieran que buscas ayuda.

El método de George Clason

Para atraer la suerte es preciso aprovechar de inmediato las ocasiones que se presentan.
G. CLASON

Gasta siempre una moneda menos de las que ganes.
CESARE CANTÙ (historiador)

Samuel Clason (1874-1957) fue soldado, empresario y escritor, autor

del encantador libro *El hombre más rico de Babilonia,* un cuento moderno ambientado en las antiguas usanzas babilónicas, pero con enseñanzas muy actuales. Dice:

> "Os recomiendo que pongáis en práctica los sabios principios de Algamish; y decíos: una parte de todo lo que gano me revierte y la he de conservar. Decíoslo cuando os levantéis, decíoslo al mediodía, decíoslo por la tarde, decíos lo cada hora de cada día. Repetidlo hasta que estas palabras resalten como letras de fuego en el cielo. Impregnaos de esta idea. Llenaos de este pensamiento".

LAS SIETE MANERAS DE HACER FORTUNA

1. Comienza a llenar tu bolsa. Os diré una extraña verdad cuyo principio desconozco. Cuando empecé a gastar solo las nueve décimas partes de lo que ganaba, me arreglé igual de bien que cuando lo gastaba todo. No tenía menos dinero que antes. Además, con el tiempo, obtenía dinero con más facilidad.

2. Controla tus gastos. No confundáis vuestros gastos obligatorios con vuestros deseos. Todos vosotros y vuestras familias tenéis más deseos de los que podéis satisfacer. Usáis vuestro dinero para satisfacer, dentro de unos límites, estos deseos, pero todavía os quedan muchos sin cumplir.

3. Haz dar frutos a tu dinero. Cada vez que le prestaba dinero, también le prestaba el interés que me había pagado. Entonces, no sólo aumentaba el capital sino también los intereses. Me satisfacía mucho ver cómo estas cantidades volvían a mi bolsa.

4. Impide que tus tesoros se pierdan. La mala suerte es un círculo brillante. El oro que contiene una bolsa debe guardarse herméticamente. Si no, desaparece. Es bueno guardar en lugar seguro las sumas pequeñas y aprender a protegerlas antes de que los dioses nos confíen las más grandes.

5. Haz que tu propiedad sea una inversión rentable.

Si un hombre reserva una novena parte de las ganancias que le permiten vivir y disfrutar de la vida y si una de estas nueve partes puede convertirse en una inversión rentable sin perjudicarle, entonces sus tesoros crecerán con mayor rapidez.

6. Asegúrate ingresos para el futuro. El hombre es quien debe prever unos ingresos adecuados para su vejez y quien debe preparar a su familia para el tiempo en que ya no esté con ellos para reconfortarlos y satisfacer sus necesidades. Esta lección os enseñará a llenar la bolsa en los momentos en que ya no sea tan fácil para vosotros aprender.

7. Aumenta tu habilidad en la adquisición de bienes.

El deseo debe preceder a la realización. Vuestros deseos tienen que ser fuertes y bien definidos. Los deseos vagos no son más que débiles

deseos.
El único deseo de ser rico no tiene ningún valor. Un hombre que desea cinco monedas de oro, se ve empujado por un deseo tangible que tiene que culminar con urgencia. Una vez que ha aumentado su deseo de guardar en lugar seguro cinco monedas de oro, encontrará el modo de obtener diez monedas, luego veinte y más tarde mil; y de pronto se hará rico. Si aprende a fijarse un pequeño deseo bien definido, ello lo llevará a fijarse otro más grande; así es como se construyen las fortunas. Se empieza con cantidades pequeñas y luego se pasa a cantidades más importantes. De este modo el hombre aprende y se hace más hábil.
Los deseos tienen que ser pequeños y bien definidos.
Si son demasiado numerosos, demasiado confusos o están por encima de las capacidades del hombre que quiere llevarlos a cabo, harán que su objetivo no se cumpla.

El hombre que se respeta a sí mismo, debe realizar estas cosas y las siguientes:

- Debe pagar sus deudas lo más rápidamente posible y no debe comprar cosas que no pueda pagar.
- Debe cubrir las necesidades de su familia para que los suyos lo aprecien.
- Debe hacer un testamento para que, si los dioses lo llaman, sus bienes sean repartidos justa y equitativamente.
- Debe ser compasivo con los enfermos o los desafortunados y debe ayudarlos.
- Debe ser previsor y caritativo con los que quiere. Así que la última manera de hacer fortuna consiste en cultivar las facultades intelectuales, estudiar e instruirse, actuar respetándose a sí mismo. De este modo adquiriréis suficiente confianza en vosotros mismos para realizar los deseos en que habéis pensado y que habéis escogido.

LAS CINCO LEYES DEL ORO

La primera ley del oro

El oro acude fácilmente, en cantidades siempre más importantes, al hombre que reserva no menos de **una décima parte** de sus ganancias para crear un bien en previsión de su futuro y del de su familia".
El hombre que sólo reserva la décima parte de sus ganancias de forma regular y la invierte con sabiduría seguramente creará una inversión valiosa que le procurará unos ingresos para el futuro y una mayor seguridad para su familia, si llegara el caso de que los

dioses le volvieran a llamar hacia el mundo de la oscuridad. Esta ley dice que el oro siempre acude libremente a un hombre así.

La segunda ley del oro

El oro trabaja con diligencia y de forma rentable para el poseedor sabio que le encuentra un uso provechoso, multiplicándose incluso como los rebaños en los campos.
Verdaderamente el oro es un trabajador voluntarioso.
Siempre está impaciente por multiplicarse cuando se presenta la oportunidad. A todos los hombres que tienen un tesoro de oro reservado, se les presenta una oportunidad, permitiéndoles aprovecharla. Con los años, el oro se multiplica de manera sorprendente.

La tercera ley del oro

El oro permanece bajo la protección del poseedor prudente que lo invierte según los **consejos de hombres sabios**.
El oro se aferra al poseedor prudente, aunque se trate de un poseedor despreocupado. El hombre que busca la opinión de hombres sabios en la forma de negociar con oro, aprende rápidamente a no arriesgar su tesoro y a preservarlo y verlo aumentar con satisfacción.

La cuarta ley del oro

El oro escapa al hombre que invierte sin fin alguno en empresas que no le son familiares, o que no son aprobadas por aquellos que conocen la forma de utilizar el oro".
Para el hombre que tiene oro pero que no tiene experiencia en los negocios, muchas inversiones parecen provechosas. A menudo, estas inversiones comportan un riesgo, y los hombres sabios que las estudian demuestran rápidamente que son muy poco rentables. Así pues, el poseedor de oro inexperto que se fía de su propio juicio y que invierte en una empresa con la que no está familiarizado, descubre a menudo que su juicio es incorrecto y paga su inexperiencia con parte de su tesoro. Sabio es aquel que invierte sus tesoros según los consejos de hombres expertos en el arte de administrar el oro.

La quinta ley del oro

El oro huye del hombre que lo fuerza en **ganancias imposibles**, que sigue el seductor consejo de defraudadores y estafadores o que se fía de su propia inexperiencia y de sus románticas intenciones de inversión".

El nuevo poseedor de oro siempre se encontrará con proposiciones extravagantes que son tan emocionantes como la aventura. Éstas dan la impresión de proporcionar unos poderes mágicos a su tesoro que lo hacen capaz de conseguir ganancias imposibles. Pero, verdaderamente, desconfiad; los hombres sabios conocen bien las trampas que se esconden detrás de cada plan que pretende enriquecer de forma repentina.
La fuerza de vuestros propios deseos contiene un poder mágico. Guiad este poder gracias al conocimiento de las cinco leyes del oro y tendréis vuestra parte de los tesoros de Babilonia.

El método de Robin Sharma

La mente es un sirviente maravilloso,
pero un maestro terrible.
ROBIN SHARMA

Robin Sharma (1965) es un empresario y experto abogado en liderazgo y desarrollo personal.
De su obra *El monje que vendió su Ferrari,* veamos:

Un jardín extraordinario

Primera Virtud: dominar la mente. El jardín simboliza la mente. Si cuidas de tu mente, si la nutres y cultivas como si fuera un jardín, florecerá más allá de tus expectativas. La mayoría de las personas llena el jardín de su mente con residuos tóxicos: preocupaciones, ansiedades, nostalgia.

Enciende el fuego interior

Segunda Virtud: perseguir el propósito. El faro simboliza el propósito de la vida. El propósito de la vida es una vida con propósito. Definir claramente nuestras prioridades en cada aspecto de la vida jugará un papel parecido al del faro: orientación y refugio ante los malos tiempos.

El viejo arte del autoliderazgo

Tercera Virtud: practicar el kaizen. El luchador de sumo japonés simboliza el kaizen, mejorar constantemente. Para mejorar nuestro mundo exterior (finanzas, etc.) hemos de mejorar nuestro mundo interno: el éxito empieza por dentro.

El poder de la disciplina

Cuarta Virtud: vivir con disciplina. El cable de alambre rosa simboliza el poder de la disciplina. Un cable está formado de muchos y di- minutos alambres. Cada uno de éstos, por sí solo, es fino y frágil; pero todos juntos suman más que sus partes, de forma que el cable es más fuerte.

La más preciada mercancía

Quinta Virtud: respetar el tiempo propio. El reloj representa el tiempo. El tiempo se nos escurre de las manos como arena. Aprovechar el tiempo sabiamente nos asegurará una vida rica y productiva. El tiempo es un recurso no renovable. Es importante planificar el trabajo y aprovechar el tiempo.

El propósito fundamental de la vida

Sexta Virtud: servir desinteresadamente a los demás. Las rosas amarillas recuerdan el viejo proverbio chino que dice: “La mano que te da unas rosas siempre conserva un poco de su fragancia”. Es decir

que, cuando trabajamos para mejorar la vida de los demás, indirectamente estamos ayudándonos a nosotros mismos.

El secreto de la felicidad de por vida

Séptima Virtud: abrazar el presente. Los diamantes simbolizan el gusto por las cosas más simples y el éxtasis que merecemos. Sólo se vive una vida realmente gratificante cuando logramos "vivir el ahora": la felicidad es un viaje, no un destino. Podemos tener la vida que merecemos.

Y de su *Megaliving! 30 days to a perfect life:*

1. Usa el método de la goma de borrar para acondicionar tu mente a enfocarla sólo en los más positivos elementos de tu vida.
2. Céntrate en tu propósito o intención, no en la salida.
3. Aprende a estar calmo y tranquilo.
4. Mejora tu fuerza de voluntad. Es como invertir en uno de los mejores programas de entrenamiento.
5. Asóciate sólo con gente positiva, con gente enfocada la cual tú puedes aprender, sin que te mermen las energías.
6. Nunca discutas sobre tu salud, riqueza u otros temas con gente de fuera de tu entorno familiar.
7. Sé sincero, paciente, perseverante, modesto y generoso.
8. Aprende el poder de la respiración y su relación con fuente de tu energía.
9. Sé lo suficiente fuerte para que nada interfiera en tu mental.
10. Nunca te quejes. Sé positivo, enérgico y entusiasta.
11. Una excelente técnica visualizadora: si algo te preocupa, escríbelo en un trozo de papel y quémalo mientras miras cómo tu preocupación desaparece con la llama.
12. Recuerda el antiguo proverbio indio: "Si conquistas tu mente, conquistas el mundo".
13. Cuando un pensamiento negativo entra en tu consciencia, lo primero que debes hacer es darte cuenta de él y tener un fuerte deseo de deshacerte de él.
14. Reconoce el poder de los mantras y la repetición de poderosas palabras positivas.
15. Haz un esfuerzo para mantener el buen humor a lo largo del día.
16. Mantén un diario para medir tu progreso y expresar tus pensamientos.
17. Mantén abiertas las ventanas de tu mente.

Lo exponen en un cuento de mucho éxito gracias a la campaña publicitaria que despegaron para darlo a conocer, llamado La **buena suerte**. Los dos economistas resucitan a Merlín el Mago para contar la búsqueda de un Trébol Mágico de cuatro hojas que proporciona a quien lo posee un poder único: la suerte sin límites. Una misión encomendada a todos los caballeros del reino, que sólo dos asumen con su actitud.
Pero es esa actitud para encarar las dificultades, y su interpretación de la realidad de diferente manera, lo que les hará llegar al término de la empresa de forma distinta.

Reglas de la Buena Suerte

Primera Regla. La suerte no dura demasiado tiempo porque no depende de ti. La **buena suerte** la crea uno mismo, por eso dura siempre.

Segunda Regla. Muchos son los que quieren tener **buena suerte**, pero pocos los que deciden ir a por ella.

Tercera Regla. Si ahora no tienes **buena suerte** tal vez sea porque las circunstancias son las de siempre. Para que la **buena suerte** llegue, es conveniente crear nuevas circunstancias.

Cuarta Regla. Preparar circunstancias para la **buena suerte** no significa buscar solo el propio beneficio. Crear circunstancias para que otros también ganen atrae la **buena suerte**.

Quinta Regla. Si dejas para mañana la preparación de las circunstancias, la **buena suerte** quizá nunca llegue. Crear circunstancias requiere dar un primer paso... ¡Dalo hoy!

Sexta Regla. Aún bajo las circunstancias aparentemente necesarias, a veces la **buena suerte** no llega.
Busca en los pequeños detalles circunstancias aparentemente innecesarias... pero ¡imprescindibles!

Séptima Regla. A los que sólo creen en el azar, crear circunstancias les resulta absurdo. A los que se dedican a crear circunstancias, el azar no les preocupa.

Octava Regla. Nadie puede vender suerte. La **buena suerte** no se

vende. Desconfía de los vendedores de suerte.

Novena Regla. Cuando ya hayas creado todas las circunstancias, ten paciencia, no abandones. Para que la **buena suerte** llegue, confía.

Décima Regla. Crear **buena suerte** es preparar las circunstancias a la oportunidad. Pero la oportunidad no es
cuestión de suerte o azar: ¡siempre está ahí!
... por tanto: Crear **buena suerte** únicamente consiste en...
¡crear circunstancias!

Otros métodos

Al igual que en el capítulo anterior, no he incluido aquí a otros autores o personajes que lograron hacerse ricos o, en algunos casos, consiguieron mantener sus riquezas heredadas aumentándolas, y que incluso dejaron testimonio de ello, pero que no nos sirve de nada aquí. Como ejemplo, podríamos poner al magnate del petróleo **Jean Paul Getty** (1892-1976) que escribió *How to be Rich,* y decía que su receta para hacerse rico era: "Levantarme temprano, trabajar hasta tarde y encontrar petróleo".

O el caso de **Lakshmí Niwas Mittal**, el magnate indio del acero, cuya particularidad más importante que encuentro en él es que lleva el mismo nombre, Lakshmí, que el de la diosa hindú (deví o shakti, que es lo mismo) de la riqueza y la **buena suerte** (igual ese nombre se lo ha puesto él a sí mismo por esa razón y pensando que no nos íbamos a enterar).

Robert (Toru) **Kiyosaki**. Estuve a punto de escribir algo más sobre él, pero resulta demasiado especulativo y sólo lo veo más interesante para nuestro caso, cuando uno ya tiene dinero, ya que lo que más nos enseña y en lo que nos resulta más útil es en la inversión y en el manejo del dinero.
Piensa por un momento, por ejemplo, en alguien al que le haya tocado un buen pellizco en la lotería. Por lo general, lo primero que te dice es que lo va a dedicar "para tapar agujeros", "comprar un piso", "un coche", etc. Jamás he oído decir a nadie que lo iba a dedicar a la inversión, y tapar esos agujeros luego con las rentas, que reflejaría mejor la mentalidad del millonario Kiyosaki, hoy... y mañana.

Steve Jobs (1955-2011)
Sus pensamientos fueron un fiel reflejo del compromiso adquirido con la compañía Apple, pero que, más allá de su faceta de empresario exitoso, demuestran que se trata de una figura realmente inspiradora. No pierdas la oportunidad de enriquecerte con sus ideas.

Las siguientes frases no son un método, pero son útiles

- Tuve **suerte**, Supe muy pronto qué era lo que deseaba hacer.
- La mitad de lo que separa a los emprendedores exitosos de los que no lo son es mera perseverancia.
- El recurso más valioso que todos tenemos es el tiempo.
- La innovación distingue a los líderes de los seguidores.
- Cuando tengas claso lo que quieras lograr en la vida, fija tus objetivos.
- Tu tiempo es limitado, no lo malgastes viviendo la vida de otro.
- Inventemos el mañana en lugar de preocuparnos por lo que pasó ayer.
- Muchas veces la gente no sabe lo que quiere hasta que se lo enseñas.
- La creatividad se trata de conectar cosas.
- Cada historia de grandeza tiene un ingrediente común: la disciplina.
- Lo simple puede ser más difícil que lo complejo.
- A veces la vida te golpea con un ladrillo la cabeza, no pierdas la fe.

Elon Musk. Parece ser que al día de hoy, momento de redactar esta nueva edición, es el número uno en el *ranking* de ricachones del mundo. Cuando empecé a escribir la primera edición de este libro, no se sabía apenas nada de este personaje, así como del que le acompaña en dicho *ranking,* Jeff Bezos.

Como al parecer no le da por escribir sus cositas, solo hemos podido recopilar las frases que va soltando por aquí y por allá. Si bien tiene suficiente material para escribir un libro muy hermoso. Mientras, vamos a ver un ramilletes de ellas.

Es uno de los **emprendedores más destacados** de los últimos tiempos. Fundador de Tesla, la marca de autos eléctricos más importante del mundo, y ahora dueño también de una empresa aeroespacial y de Twitter, ha logrado convertirse en un referente del mundo empresarial. Pongamos algunas a ver si nos enteramos de por dónde va:

Las siguientes frases no son tampoco un método

- No debes rendirte a menos que estés obligado a rendirte.
- Mi mentalidad es la de un samurái, prefiero cometer seppuku que fallar.
- No te distraigas pensando que algo puede funcionar cuando no lo está haciendo, o te vas a quedar permanentemente en una solución equivocada.
- Fallar es una opción. Si no estas fallando no estás innovando lo suficiente.
- Creo que es posible que la gente normal elija ser extraordinaria.
- Cuando algo es suficientemente importante, hazlo incluso cuando todo esté en tu contra.
- Ser emprendedor es como comer vidrio y pararse en el abismo de la muerte.
- Para llegar a ser **CEO** no hay que ser un experto en marketing y ventas; es necesario poseer profundos **conocimientos de ingeniería**.
- Mi mayor error es probablemente **priorizar el talento por sobre la**

personalidad. Creo que importa si alguien tiene o no un buen corazón.

- El primer paso es establecer que algo es posible, entonces es probable que ocurra.
- Es imprescindible que la consciencia se mantenga viva para que el futuro no desaparezca.
- El mayor fallo que he cometido (y sigo cometiendo) es focalizarme más en el talento que en el carácter de mi equipo. Es importante rodearse de personas bondadosas y con corazón.
- El mayor error de un ser humano es poner en venta su propia startup (empresa emergente).
- Si algo es lo suficientemente importante, incluso si las probabilidades están en tu contra, **debes seguir intentándolo**. Si te levantas por la mañana y piensas que el futuro va a ser mejor, es un buen día. De otra manera, no lo será.
- Las personas trabajan mejor cuando saben **cuál es el objetivo y el porqué del mismo.**
- Es importante que las personas se sientan entusiasmadas de ir a trabajar por la mañana y disfrutar de su trabajo.
- Siempre tengo optimismo, pero soy realista. No es con la expectativa de un gran éxito que comencé con Tesla o SpaceX. Solamente pensé que eran lo suficientemente importantes como para hacerlo de todas formas.
- La tecnología de punta que surge de una gran discontinuidad tecnológica, tiende a venir de nuevas compañías.
- Cuando estaba en la universidad quería involucrarme en cosas que cambiaran al mundo.
- La vida es demasiado corta para rencores a largo plazo.
- Presta atención al feedback negativo y solicítalo, particularmente de los amigos. Difícilmente alguien hace eso y es de mucha ayuda.
- A alguna gente no le gusta el cambio, pero necesitas abrazarlo si la alternativa es el desastre.
- La **paciencia es una virtud**, y estoy aprendiendo a tener paciencia. Es una dura lección.
- Un consejo: es importante ver el conocimiento como una especie de árbol semántico; asegúrate de entender bien los principios fundamentales, es decir, el tronco y las ramas, antes de entrar en las hojas o los detalles, o no habrá nada donde puedan agarrarse.
- Lo difícil es averiguar qué preguntas hacer, pero una vez que lo sabes, el resto es realmente fácil.
- Llegué a la conclusión de que deberíamos aspirar a aumentar el alcance y la escala de la conciencia humana para comprender mejor qué preguntas hacer. En realidad, lo único que tiene sentido es luchar por una mayor iluminación colectiva.
- Paciencia, persistencia, innovación.
- La **persistencia** es muy importante. No debes rendirte a menos que estés obligado a rendirte.
- Mi mentalidad es la de un samurai. Prefiero cometer seppuku que fallar.
- No te distraigas pensando que algo puede funcionar cuando no lo está haciendo, o te vas a quedar permanentemente en una solución equivocada.
- ¿Qué hace que el pensamiento innovador se genere? Creo que en realidad es una forma de pensar. Debes tomar la decisión". La mayoría de las personas pueden aprender mucho más de lo que piensan. Se creen incapaces sin intentarlo.

- **Siempre tuve una crisis existencial,** tratando de averiguar ¿qué significa todo esto. Llegué a la conclusión de que si podemos avanzar en el conocimiento del mundo, si podemos ampliar el alcance y la escala de la conciencia, entonces podremos hacer las preguntas correctas y estar más iluminados. Esa es la única manera de avanzar.
- Las grandes empresas se construyen sobre grandes productos.
- Si eres cofundador o director ejecutivo, tienes que hacer todo tipo de tareas que no quieres hacer. Si no haces tus tareas, la compañía no tendrá éxito. Ninguna tarea es demasiado baja. No diría que tengo una falta de miedo. De hecho, me gustaría que mi miedo a la emoción fuera menor porque distrae mucho y fríe mi sistema nervioso.
- Si algo es lo suficientemente importante, deberías intentarlo. Incluso si el resultado probable es el fracaso.
- Está bien tener todos los huevos en una canasta mientras controles todo lo que ocurre en ella.
- El futuro de la humanidad se va a bifurcar en dos direcciones: o se convertirá en multiplanetario, o permanecerá confinado en un planeta y probablemente habrá una extinción.
- Por mi parte, nunca me rendiré, y quiero decir **nunca**.
- Ahora es el momento de tomar riesgos, cuando no tienes hijos.
- ¿Qué significa trabajar duro? En mi caso, cuando mi hermano y yo comenzamos nuestra primera empresa, en lugar de rentar una oficina, rentamos un pequeño apartamento y dormíamos en el sofá.
- Trabaja duro cada hora mientras estés despierto, es lo que se necesita para tener éxito si estás comenzando una nueva empresa.
- No podemos seguir quemando carbón en nuestras centrales eléctricas. El carbón también es un recurso finito. Debemos encontrar alternativas, y es una mejor idea encontrar alternativas antes de esperar hasta que nos quedemos sin carbón.
- Un asteroide o un supervolcán ciertamente podrían destruirnos, pero también corremos el riesgo de que los dinosaurios nunca lo vieran: un virus artificial, una guerra nuclear, la creación inadvertida de un micro-agujero negro, o alguna tecnología aún desconocida podría significar nuestro fin.
- **Internet**, energía **autosustentable** y la **exploración** del espacio; esas son las tres áreas en donde creo que la Humanidad tiene más oportunidad para expandirse como especie.
- Me gustaría morir en Marte.
- La única razón por la que pude lograr cosas es la gran gente dispuesta a trabajar conmigo. Una compañía es un grupo de personas organizadas para crear un producto o servicio, y ese producto o servicio es tan bueno como la gente de la empresa y lo entusiasmados que están de crearlo. Quiero reconocer un montón de gente super talentosa. Sin ellos, habría logrado muy poco. Yo solo soy la cara de las empresas.
- Tienes que estar bastante motivado para que esto suceda. De lo contrario, te sentirás miserable.
- La ingeniería es lo más cercano a la magia que existe en el mundo.
- Creo que tenemos el deber de mantener una luz de consciencia para asegurarnos que ésta siga en el futuro.
- Quiero hacer cosas que me apasionen, pero también que sean útiles para otras personas.
- La mayoría de las personas pueden aprender mucho más de lo que piensan. Se creen incapaces sin intentarlo.

- Cuando alguien tiene una gran ruptura en el área de **innovación**, rara vez es solamente una cosa. Generalmente corresponde a una serie de cosas que colectivamente lleva a una gran innovación.
-

Jeff Bezos. De su biografía colegimos que al menos dos libros hablan sobre él: *'Invent & Wander: The Collected Writings of Jeff Bezos',* escritos recopilatorios; y *Crea y divaga: Vida y reflexiones de Jeff Bezos.* Estudió Ciencias de la Computación e Ingeniería Eléctrica en la Universidad de Princeton.

Es el fundador y CEO de **Amazon**. También es fundador de Blue Origin, una compañía aeroespacial que investiga para reducir el coste e incrementar la seguridad de los vuelos espaciales. Es el propietario de **The Washington Pos***t* y en 2018 fundó **Bezos Day One Fund,** dedicada a la financiación de proyectos sin ánimo de lucro para familias sin hogar y la creación de una red de guarderías para comunidades necesitadas. Bezos se graduó con 'summa cum laude' en Ingeniería electrónica e Informática en la Universidad de Princeton en 1986. En 1999 fue nombrado Persona del Año por la revista Time.

Las siguientes frases no son método, son orientadoras

- En todo descubrimiento siempre habrá algo de **suerte**.
- Pero esa **suerte** debes buscarla con empeño y esfuerzo diario.
- Es más difícil ser amable que inteligente.
- A veces nos encontramos preferencias o intereses que no sabíamos que teníamos.
- El mejor servicio al cliente es cuando el cliente no necesita llamarte.
- En 1995 recaudé un millón de dólares de 22 inversores; nadie sabía lo que era Internet.
- Es necesario anticipar un cierto grado de fracaso.
- Estamos sembrando semillas de más, no todas van a germinar.
- Hace falta dinamismo y agilidad para resistir en un entorno ultracompetitivo.
- Hagas lo que haga siempre estarás en la diana de los detractores.
- Hay que estar mentalizados para cuando lleguen las vacas flacas.
- La inteligencia es un don, la amabilidad una elección.
- La vida es muy corta como para rodearse de gente que no aporta nada a la tuya.
- Lo más importante, ten el coraje de seguir a tu corazón e intuición.
- Lo verdaderamente peligroso es no evolucionar.
- Sabía que si fallaba no me arrepentiría, pero que me arrepentiría de no haberlo intentado.
- Si no eres flexible, no verás una solución distinta al problema que intentas resolver.
- Si no eres terco, te rendirás de tus propios experimentos antes de tiempo.
- Si pretendes que jamás te critiquen, entoces no hagas nada.
- Tú no eliges tu pasiones, tus pasiones te eligen a ti.
- Tu tiempo es limitado, no lo malgastes viviendo la vida de otro.
- Una compañía no debería acostumbrarse a brillar siempre. Es adictivo, y no dura para siempre.

Aparte de estos personajes que hemos traído aquí para que nos enseñaran lo mejor de lo que queremos aprender, hay muchos otros que no incluimos, por varias razones: primera porque se nos iba a poner el libro tan gordo que apenas podríamos moverlo con una sola mano, quizás un tumbo o becerro, de esos que no se pueden poner de pie en ninguna librería, y, segunda, porque algunos de ellos real y tristemente son patéticos, cuando no siniestros e incluso diabólicos, que ni nombrarlos merece la pena.

Capítulo IX

Mi método

I – Planteamiento y reglas

Amar pone al mundo bajo tus pies.
YO MISMO

Quien no se resuelve a cultivar el hábito de pensar, se pierde el mayor placer de la vida.
EDISON

Si quieres que toda tu vida, la buena suerte te acompañe como perro fiel, cuida a las dos como le cuidarías a él

Ya sé que me vas a decir que tú no vas a tener tiempo, ni quizá sitio, para hacer todo lo que te voy a sugerir que hagas para alcanzar tus objetivos de **buena suerte**. Y, primero que nada, te diré: ¿qué prefieres, hacerlo o pasarte el resto de tu vida como ahora? Quizás 40 años forzado a unos trabajos que ni te gustarán ni te satisfarán lo que te paguen por ellos. O tal vez sí te gusten, pero ¡dependerás de tantos factores para conseguirlos y mantenerlos...! Que si clientes, que si precios, que si competencia, que si horarios, que si jefes, sueldos...
Lo que te pido a cambio no te va a garantizar nada, porque también depende de muchos factores: hacerlo bien, enfocarte adecuadamente, estar despierto para que la ocasión te pille espabilado, soportar a los que te frenan, arriesgarte... y tantos etcéteras como hemos visto.
Y si vives bajo un puente es cierto que puede ser más difícil y puedes tardar más en alcanzar el éxito, pero no imposible.
En cambio, lo que has de realizar es bien simple. Una vez lo aprendas a base de uno y otro día para configurar tu mente y adecuarla, enfocarla y dirigirla correctamente, ella sola irá luego en piloto automático por ese carril que le prepares. Y, a partir de ahí, tu esfuerzo va a ser mínimo: relajarte, entrar en tu mente, limpiarla,

pedir, actuar y dejar que venga lo deseado. Yo, a pesar de todo lo que te he enseñado ya, sigo haciendo lo mismo que cuando empecé. Lo paso estupendamente y estoy deseando que llegue el momento del próximo ejercicio. Pues es relajante, saludable y beneficioso, además de reforzante del "pedido" que esté en camino cada momento. Así que plantéate para empezar, lo que sigue:

1. Sé tú mismo. No pretendas ser una Curie o un Galileo. Eran sabios los dos, pero eran ellos mismos. Y, como tales, tuvieron la vida y suerte que tuvieron. Si quieres imitarlos, hazlo, pero siendo tú mismo y buscando tu propio camino. No te engañes, el tuyo ha de ser el mejor de los caminos... para ti, y en él es en donde tienes que destacar... y conseguir lo que deseas. Lo demás no importa.
2. Ten tu mente abierta a lo que pueda pasar delante de ti.
Pero no te ofusques a la primera, asesórate, cerciórate, pruébalo y compruébalo, a ver si es eso lo que estás buscando.
3. No digas nunca que no. Di siempre su antónimo equivalente. Así, no digas: "No quiero esta enfermedad", di más bien: "Quiero salud". O: "Quiero ser rico", "Quiero aprobar", "Quiero una vivienda", etc.
4. El pobre piensa como pobre y así nunca sale de pobre. Si pensara como rico otro gallo le cantaría.
5. Si estás incómodo con las riquezas cuando las ves en los demás o cuando te las imaginas para ti, tienes un problema, y así nunca las tendrás.
6. No temas al fracaso. Este forma parte del éxito. Pocos éxitos no salieron de fracasos previos. Como decía N. Hill: "Detrás de cada fracaso se esconde la semilla de un éxito de igual o mayor magnitud". El fracaso no existe. Solo es un peldaño hacia el éxito. No te quedes parado en ningún peldaño.
Sube al siguiente fracaso, perdón, al siguiente escalón. Si te quedas parado, puede que se te rompa el fracaso, perdón, el peldaño en el que estás, y te hagas más daño. No hay éxito verdadero sin una escalera de al menos 10 fracasos. Unos mil tuvo que soportar Edison para podernos alumbrar hoy con electricidad y no con antorchas, velas o quinqués.
7. No compitas. Competir es la filosofía que se ha impuesto mundialmente como la mejor forma de beneficiar al cliente. Eso dicen. Pero, en realidad, competir es pelear, luchar, y ello implica que alguien pierda, y no siempre es el peor.
Este concepto proviene del mundo animal. Seguimos siendo animales. ¿Qué pasa con ello? Que sí, que es posible que el cliente se beneficie. De acuerdo. Pero en realidad quienes más
se benefician son otros. Esos que nos controlan absolutamente
todo y censuran lo que no les interesa, sean productos, sean medicamentos, sean técnicas terapéuticas, sean libros...

8. No odies, el odio es el sentimiento que más bioenergía te quita y el que más te aleja de tu objetivo de alcanzar la **buena suerte**. Si te han hecho daño, en vez de odiar, utiliza cualquier otro sentimiento menos agresivo, desde el desdén hasta la indiferencia y el olvido, pero si puedes, aún mejor, el perdón, que es el que te hará recuperar más bioenergía.
Sabrás que habrás perdonado y olvidado cuando eso te haga sentir emociones totalmente positivas, de liberación, etc. Sin embargo, si de continuo recuerdas el daño, no pierdes ocasión de referirte a él, lo sacas en cada ocasión que se te presente, etc., no estás en el buen camino.
9. Eres capaz. De verdad que lo eres. Créetelo. Di: "puedo y quiero".
10. No eres ni demasiado mayor ni demasiado joven para empezar. Es cierto que cuanto más mayor es uno, más cosas sabe, pero quizá al mayor le falte la energía y la ilusión que al joven le sobran. Pero ambos pueden. La ciencia lo confirma. Y mi experiencia.
11. No busques culpables, no te excuses, no te enfades con nadie, no te quejes, asume tu responsabilidad cuando algo te sale mal. Lo más probable es que en el fondo y en último término, tú seas el culpable de lo que te haya pasado.
Quizás estás proyectando en alguien tus fallos. Suele ocurrir. Piénsalo bien.
12. No envidies[141], no critiques[142], no juzgues, no condenes. Todo eso es empleo negativo de tus energías.
No te exaltes por aquello que consideres negativo. Eso te resta energía. Simplemente apártate de ello, déjalo resbalar o, si se trata de una injusticia, actúa con decisión para solucionarla, pero sin que en tu reservorio interior te haga mella depositándose como una chinche insidiosa de la que continuamente tengas que estar luego hablando. ¡Al saco con ella!
13. No des órdenes, insinúa; no atosigues, ten control y templanza. Si a un niño (y a un mayor) le dices que no corra o no se caiga, lo que su mente inconsciente entiende y capta primero son los verbos correr y caerse, así que lo más probable es que corra más y se caiga. Cualquier verbo es acción, lo demás es relleno. No lo olvides.
14. Las palabras pueden ser como dardos, incluso como balas. Recuerda lo que dice Zig Ziglar: "Hay fuerza en las palabras, lo que dices es lo que consigues". En las culturas de la Polinesia, echar a un individuo de su tribu con un tabú (prohibición), le puede suponer la soledad, el abandono e incluso la muerte. En la literatura psicológica se suelen contar casos de condenados a muerte a los que les hicieron creer que les iban a hacer una incisión en un brazo y se iban a desangrar lentamente y morirían plácidamente; o que, inyectándoles un veneno especial en vena, morirían también plácidamente y sin

sufrimiento. Llegado el momento, el verdugo hacía como que sonaba la sangre al caer en un recipiente, o le inyectaba simplemente suero; el condenado moría igualmente. se es el poder de la mente, del pensamiento, de las palabras.

15. Todo esto ¿por qué? Porque las palabras lanzadas, sea como dardos, sea como balas, le restan energía... a la víctima, y a ti también. Y quizá a ti más que a ella. A ti te hacen perder el estado vibratorio adecuado... y la consecución de tu deseo se aplaza. Vigila tanto tus palabras como tus pensamientos. Aquellas vienen de estos, son su reflejo.

16. Por ello las campañas publicitarias en negativo ("No compre esto, es muy caro", "No lea nuestros libros", etc.) pueden llamar la atención al principio, pero son contraproducentes, a la larga. Puede que al primer impacto hagan moverse las estadísticas hacia arriba, pero rápidamente se ponen al nivel de antes o... aún peor que antes. Llamar la atención en publicidad es el objetivo número uno, así lo enseñan los expertos, pero hay que cuidar el mensaje. Si has de poner algún negocio, quizá te convenga aprender antes las normas publicitarias básicas que mejor funcionan.

17. A la madre Teresa de Calcuta, cuando la invitaron a un congreso contra la guerra, respondió que cuando el congreso fuera por la paz, que iría, pero contra la guerra, no. Sabía lo que decía.

18. Repasa tus pensamientos, sentimientos, emociones, palabras y actos, de continuo, y descubre si alguno de ellos es negativo y no te habías dado cuenta: ¿quizá criticas a alguien?, ¿hablas mal de alguien?, ¿desconfías de alguien?, ¿acuden a tus pensamientos ideas negativas o incluso destructivas sobre alguien o algo?, ¿cuando piensas en alguna situación del pasado, del presente o incluso del futuro, es tu emoción negativa? Eso debilita tu energía.

19. Para ayudarte a encontrar negatividades escondidas en tu mente, acudamos a Wayne W. Dyer que nos expone en *Tus zonas erróneas,* una pequeña lista de lo que a primera vista parecería lo contrario de lo que es:

> Me ofendes.
> Me haces sentirme mal.
> No puedo evitar sentir lo que siento.
> Sólo estoy enfadado, no me pidas que te explique por qué.
> Esa persona me enferma.
> Tengo miedo a las alturas.
> Me avergüenzas.
> Me acelero cuando ella está cerca de mí.
> Me haces hacer el tonto en público.
>
> Cada frase contiene dentro de sí misma un mensaje que anuncia que no eres responsable de lo que sientes.

20. No exijas ni grites al cielo. Quien te tenga que oír no es sordo, ni te oye mejor porque digas en voz alta lo que deseas, basta con que lo pienses adecuadamente.
21. No desesperes, ten paciencia, sé constante. Hay cosas que te pueden llegar enseguida, otras podrán tardar días, meses o incluso años, pero todo llega si se programa bien.
22. No des instrucciones al Universo de cómo quieres que te lleguen las cosas. No es una persona, es una energía. Deja que ella trabaje a su aire y a su manera.
23. Que no decaiga tu ánimo si lo que te llega no corresponde a tus expectativas. Archívalo y vuelve a empezar, que un día llegará lo que deseas.
24. Haz oídos sordos a los robasueños, a los negativos, a los pesimistas, a los que dicen ser 'realistas' pero que en realidad son pesimistas, a los ofuscados, a los perdonavidas, a los escépticos, a los agoreros, a los desconfiados, a los rigurosos, a los perfeccionistas, a los que se "preocupan" por ti o porque no te engañen, a los ignorantes, a los quejosos, a los criticones, a los pusilánimes, a los acomodaticios, a los frustrados, a "los que todo lo saben", a los resignados, a los gafes, a los soplagaitas, etc., que continuamente te estarán soplando al oído eso de que "no sabes lo que haces", "que estás chiflado", "que te están tomando el pelo", "que es una estafa", "que todo es mentira y engaño", "que no puede ser", "que nadie da euros a céntimo", "que eres un ingenuo", "que no existe…", etc.
Pero, aún así, no dejes de ser prudente y cauto, como bien dice Donald Trump.
25. Eres un ser superior, pero no más que nadie. No ganas nada con sentirte superior a nadie. Incluso si fueras de verdad más que nadie, tampoco tendrías que ser tú quien lo sopesara y juzgara. Y, de igual manera, no eres menos que nadie.
No dejes que nadie te minusvalore, sea rey o sea roque. Tú eres tú y, ese ser tú, es el resultado de todo un cúmulo de circunstancias positivas que lo han hecho posible, para que estés aquí ahora cumpliendo tu misión de vivir. Haz que tu vivir sea lo más positivo posible.
Merece la pena.
Ya a punto de finalizar este libro y, tras la enésima relectura y corrección del mismo, para verificar que todo estaba en orden,
me he dado cuenta de que me he dejado algo muy importante fuera. Me ha pasado lo mismo que a los autores de los cerca de 1000 libros que he manejado para confeccionar este, algunos de los cuales podrás ver en la Bibliografía al final.
Y es que ninguno dice, si yo 'pido' tener la **buena suerte** de conseguir, por ejemplo, la casa de mis sueños, cómo esta va a llegar a mí, o sea,

cómo se va a materializar. Porque... una casa no anda, ni es transportable fácilmente, a menos que sea de juguete o de las desmontables. Sí hay cosas que son más fácilmente transportables, un automóvil, por ejemplo, pero alguien tine que ir a por él, matricularlo, ponerle combustible o cargar sus baterías y luego dejarlo en la puerta de mi casa. Algo falla, amigo mío, por tanto, tengo que añadir y destacar lo siguiente:

Las cosas deseadas y pedidas no nos van a venir regaladas.
¡Ojalá que así fuera! Pero no suele ocurrir.

¿Cómo se produce pues el hecho de la buena suerte?

Los contenidos vibratorios de nuestras palabras y nuestros pensamientos y deseos, cuando encuentran eco en alguna parte del Universo, y empiezan a resonar al unísono a causa de la ley de la atracción, lo que hacen es también poner en vibración a todos nuestros sentidos, desde los cinco clásicos de vista, oído, gusto, olfato y tacto, hasta los del sentido del tiempo, del espacio, de la orientación, de la vibración, del equilibrio, de la imaginación, de la visualización, de la intuición, de la captación de la bioenergía... y así hasta de los 23 sentidos que, como ya dije antes, afirmaba el doctor Cencillo que teníamos.

Con este despegue de sentidos, lo que conseguimos es que no se nos escape la ocasión de que, en el momento en que, en la forma que sea, pase por delante de nosotros la ocasión, la manera, el medio, la oportunidad, la causa, el motivo, el vehículo... de llegar a alcanzar lo que deseamos, estemos tan despiertos, que la agarremos sin dudar.

¿Y eso qué supone, por nuestra parte? Pues:

Preparación, intuición, consciencia, vibración y acción

II – Preámbulo a mi método

*No hay **buena suerte** sin nada a cambio, por poco que sea*

¿Qué quiero decir con esta frase? Pues simplemente que, por un lado, cuando planifiques lo que deseas conseguir, deberás primero pensar en qué es lo que estás dispuesto a arriesgar de ti mismo, o dar a cambio: trabajar en tu programa haciendo el sacrificio diario de 'pedir' lo que deseas, podría ser el precio más barato de todos, aunque no quizás el más eficaz. Porque, indudablemente, si no lo haces, no conseguirás absolutamente nada. Si lo que pretendes es montar un negocio, tendrás que pensar con qué posibilidades cuentas para buscar financiación, bien sea presentando un buen plan para el banco, los amigos, parientes, etc., que pretendas que te presten el dinero, y que lo que fabriques o vendas vaya a ser útil y positivo para tus clientes y no algo negativo como, por ejemplo, tabaco, lotería, etc. Si lo que pretendes es aprobar algunos estudios, no cabe duda de que lo que

tienes que hacer es ponerte a hincar los codos ya. Si lo que pretendes es encontrar pareja, sal a buscarla, porque a casa no te la van a llevar. Si lo que pretendes, en fin, es buscar rentabilidad a tus ahorrillos, pues ponlos a trabajar, etc. Porque nadie (o casi nadie), pero menos la **buena suerte**, te va a dar nada por nada.

Y segundo, deberás pensar en qué vas a invertir todo lo que ganes: ¿sólo en ti mismo, en francachelas, en cosas que te puedan hacer daño, etc., o en mejorar la vida y el bienestar de ti mismo y el de los tuyos? Porque, según te decidas por uno o por otro aspecto, te llegará, primero, antes y mejor la **buena suerte** o, segundo, más tarde o nunca; además, cuánto vas a apartar para donaciones a organizaciones benéficas o a gentes necesitadas, en señal de gratitud.

Cuando planifiques lo que vas a 'pedir', debes incluir en el 'paquete' todo eso. Pero no solo eso, sino que debes admitir y contemplar tanto la posibilidad del 'fracaso', o sea, lo que Edison llamaba 'aprendizaje', como el que el éxito puede tomarse su tiempo para alcanzarte. Te aseguro que todo esto acelera una barbaridad el proceso, tanto si lo programas bien como si en positivo.

* * *

Soy una persona ya jubilada. Me he juntado con gente emprendedora con la que parecía que todo iba a cambiar, pero no sólo nada mejoró, sino que todo fue a peor.

He patentado algunos inventos que, a bote pronto, se podría decir que eran útiles y que hubieran podido cambiar mi suerte, tan es así que a una multinacional a la que le mostré uno para que lo fabricara y comercializara, me lo rechazó, pero, al cabo de un tiempo y cuando la patente (tipo Modelo de Utilidad en España) caducó, lo lanzó al mercado. He escrito 12 libros en total, solo o en compañía, (dos de ellos, únicos en el mundo por su temática y utilidad), de los que se han vendido no demasiados ejemplares[143].

Con todo esto quiero decirte que, a pesar de haber tenido muchas posibilidades de conseguir muchas cosas en la vida, en todo ese tiempo, lo único que conseguí fue no deber nada a nadie y apenas ahorrar en unos planes de pensiones para que la vejez me fuera más llevadera. Este panorama que acabo de presentar es bastante común. Quizá a ti te pasa también algo similar. Y es que nos ha faltado método. No hemos sabido.

Si ahora a esto añades una infancia y juventud de orfandad, penuria, hambre, enfermedades, trabajo infantil, malos tratos en casa y en la escuela, con su autoritarismo extremo, falta de respeto por parte de los maestros hacia sus alumnos (ahora han cambiado las tornas) y, asimismo, los malos tratos que infligían a los mismos; y dentro de las casas, y hasta en la calle, etc., que sufrimos la mayoría de los españoles que nacimos tras la guerra que asoló un mal día este país,

más las enseñanzas y mensajes deprimentes, castrantes, anuladores y sumamente negativos que recibíamos del entorno, las escuelas, las iglesias, las calles, etc., relativas a las maldades de los ricos, las pocas o nulas esperanzas y posibilidades que tendríamos de que algún día, nuestros destinos mejorarían y de que, en definitiva, "la vida era dura", "que nunca medraríamos", "que a este mundo se ha venido a sufrir", "que los ricos no pueden ir al cielo, porque son unos estafadores y unos ladrones", "que los pobres siempre serán pobres", etc., ya tenemos un cuadro más que sobrado para llenar un país de gentes miedosas, fracasadas, conformistas y sin esperanzas de medrar más allá de lo que fuera la tónica general del pueblo. Conseguir destacar de esa mediocridad suponía sacudirse enérgicamente de encima y una a una las "mercancías" de esa albarda que nos fueron cargando ya incluso antes de nacer.
No todo el mundo recibía la misma cantidad de mensajes negativos y de la misma dureza, sin embargo, el autor considera que los que él y los de su entorno, recibieron fueron durísimos. Es decir, que en definitiva, éramos candidatos clarísimos a vivir una vida de mediocridad, mientras no fuéramos capaces de quitarnos esa carga de encima. Mi búsqueda hoy no va dirigida a conseguir fortuna.

Para exponer algo negativo soy partidario de hacerlo tal cual, eso sí, sin regodeos, solaz o emoción negativa alguna, etc., y sólo por esa vez.
Mira, amigo lector, cuál es tu mala carga, esa que te impide conseguir esa **buena suerte** que deseas, sea la que sea, y no acabas de conseguir. Porque, si no consigues zafarte de ella, mucho me temo que nunca lograrás salir de tu estado de carencia, si este fuera tu caso, o simplemente de tu mediocridad económica.
Perdona que me haya extendido tanto en lo que acabo de exponerte de personal, pero quiero que veas claramente que tú puedes, si otros, con sus posibilidades mermadas al máximo, pudieron.
Cuando, después de mis 'fracasos', me decidí a tentar de nuevo a la suerte, ya jubilado, no sabía yo que andaba ya rondando por el último peldaño en la escalera del 'aprendizaje' y del éxito económico. Sólo había leído dos únicos libros sobre el asunto: el de Clason *El hombre más rico de Babilonia,* y el de Gikandi, *Un feliz bolsillo lleno de dinero,* y acababa de ver la película *El Secreto*, de Rhonda Byrne. Con este 'pobre' bagaje y algún que otro cursillo de fin de semana, me lancé otra vez a la búsqueda y el encuentro de mi **buena suerte**, subiendo ese último peldaño.
Cuando uno es joven o está en edad laboral, su forma de actuar para conseguir lo que desea, forzosamente ha de ser diferente a la de una persona mayor que ya está fuera del mercado laboral. De manera que, si eres joven, pienso que tú no deberías (a menos que ya seas rico y

desees conseguir otras cosas: v. gr. una pareja) enfocarte en un programa de rentabilidad sólo (para eso léete a Kiyosaki en *El cuadrante del flujo del dinero*), sino en uno de producir riqueza, de emprendedor, de búsqueda del éxito en algo personal que te guste, y puedas aportar algún beneficio a la humanidad.

Esto lo digo por lo siguiente: en esta vida nada te da el Universo a cambio de nada (sea esfuerzo, trabajo, sacrificio, dinero, etc.) y si tú no das nada, a cambio de lo que esperas –ya que es fundamental ser agradecido para que la **buena suerte** te funcione correctamente, como ya se dice más arriba–, lo más probable es que acabes sin nada.

Si una persona ha trabajado durante 40 años, y su sacrificio es además el de rentabilizar lo poco que posee, es más que suficiente pago para recibir lo que 'solicita'. Pero es más aun así, si ha sido capaz de ahorrar, si no el 10%, al menos el 1% de lo ganado en todos esos años, tiene más que suficientes motivos y justificación para esperar una gran y **buena suerte**. Y tú ¿qué aportas o das a cambio?

Yo lo hice así, pero esto no quiere decir que este sea también tu camino, amigo mío. El tuyo puede ser muy otro. Tú eres el que debe encontrarlo y no guiarte por lo que yo te diga aquí, ni tampoco por lo que haga o diga nadie más. Tu camino tiene que ser único, sólo tienes que estar alerta y cazar la ocasión, esa que dicen que la pintan calva.

¡Cuántas calvas he visto pasar por delante de mí, antes de saber esto de la **buena suerte**! Pero afortunadamente hoy día incluso conservo un cráneo peludo de lo más natural y gracias a una de esas pocas ocasiones que ¡no dejé pasar! De las otras tuve muchas, pero no supe. Ahora ya sé y encima no estoy calvo del todo, aunque algún día lo estaré. Espero que tú también seas capaz de aprender a conseguir todo eso que tanto deseas y ahora, no al final de tu vida.

Cuando empecé a practicar mi método, recién jubilado, repito, no tenía ni de lejos tanta información como tengo ahora y como la que te ofrezco aquí, sin embargo me funcionó. Me puse unas metas muy altas, digamos que 'imposibles' (palabra esta, por demás, que tienes que retirar de tu vocabulario ya mismo, para empezar), pero es así como hay que hacer. Como alguien dice: "hay que apuntar al águila para conseguir al menos una perdiz".

Sin miedo, hay que proponerse metas difíciles, metas que pensemos que en toda la vida no seríamos capaces de alcanzar. Y ser realistas para concretar. Por ejemplo, si pides 50 millones de euros en un plazo de un año, tal cosa no es que sea difícil, es que es muy difícil, sobre todo si estás partiendo de una posición financiera de carencia. Pero sí, puede que consigas tus 50 millones, pero no en un año, quizá necesites algunos años más. Lo que quiero decir es que lo que pidas, por muy difícil que sea, requiere de un tiempo, de unas circunstancias racionales y de unas acciones concretas.

El ejemplo del elefante en un piso que sale en la película *El Secreto,* es bien ilustrativo. No lo pidas a menos que vayas a montar un circo, porque los elefantes son escasos y además no caben bien en un piso. Si quieres un elefante, al menos prepárale el establo y el forraje. Si quieres un título, ponte a estudiar. Si quieres un coche, sácate el carné de conducir primero, etc. De manera que lo que pidas, aunque parezca imposible, al menos debe tener una lógica, una racionalidad y contar con una serie de pasos que inexorablemente tendrás que dar.
Pedir 50 millones de euros, por muy difícil que te parezca a ti, es muy lógico, racional y posible, de manera que, por pedir que no quede, ¡adelante!
También lo es pedir una vivienda hermosa, en un lugar hermoso, con unas vistas maravillosas, etc.
Y lo es un automóvil de capricho, o un reloj de oro, o una video-consola último modelo, etc.
Todo son cosas racionales y abundantes, aunque algunas bastante difíciles y por eso más costosas de conseguir y requieren de más tiempo y esfuerzo. Piensa que los Reyes Magos y Papá Noël viven lejos y siempre van hasta arriba de encargos.

III – Elementos previos

A. Prescindibles

Para hacer de vez en cuando, porque ayudan

1. REIKI. Si no conoces esta técnica, decirte que, para nuestro propósito, es simplemente una autoimposición de manos, en nuestro caso, algo sencillo, ya que lo que necesitamos es sólo que la energía universal se manifieste en nosotros, es decir, cargarnos energéticamente; aquí no buscamos una terapia, sólo necesitamos la energía para una limpieza mental de condicionantes negativos.
Nos frotamos las manos una contra otra y nos las ponemos ambas sobre la coronilla, una al lado de la otra durante unos minutos.
Luego las vamos bajando por la cabeza, cara, pecho y vientre alternándolas y sin tocarse entre ellas, una arriba (no encima) y otra más abajo. Esto habría que hacerlo con una invocación a la energía universal al tiempo que se traza un signo ya diseñado y que puedes encontrar en cualquier libro de Reiki, sobre la cabeza y en el momento de ponerte las dos manos, una al lado de la otra, como digo. Pero si no quieres meterte en complicaciones, haz como cualquier aprendiz de Reiki: pon tus manos empezando por la coronilla y diciendo, más o menos: “que la energía universal se haga presente en ti aquí y ahora” y ya está. Son 5 minutos, pero no son imprescindibles. Te digo que es lo que yo hago a veces, no todos los días. Podríamos llamarlo un complemento o acelerador.
Con esto lo que se pretende es cargarnos de energía positiva y de

sanación.
Al tiempo que se hace Reiki, se puede empezar la parte de relajación todo al mismo tiempo. Nada complicado. Simplemente piensa en cada unos de los músculos de tu cuerpo, desde la cabeza hasta los pies y ve relajándolos.
De manera que, a lo que llegues al final del ejercicio, ya hayas conseguido mental e incluso físicamente, relajar todos y cada unos de los músculos de tu cuerpo. Si no conoces los músculos de tu cuerpo, sólo tienes que mirar cualquier enciclopedia (en Internet las hay gratis) y allí te aprendes por encima cuales son los músculos del cuerpo humano.
Puede que no estés habituado a este tipo de cosas. No te preocupes. Es fácil. Agarra con tu mano algo que pese unos 10 kg, por ejemplo, y levántalo, notarás que los músculos del brazo están tensos y duros. Ahora suelta el peso y los músculos notarás que se aflojarán y se volverán blandos.

* * *

2. EFT. Si has conseguido ya el Manual gratuito de la EFT, y has aprendido de qué va (algo muy sencillo), este es el momento de emplearlo. Lo puedes hacer de cuando en cuando. Un "tapping" de unas tres rondas te puede durar poco más de un cuarto de hora y eso, por ejemplo, una vez a la semana, sobre todo al principio.

* * *

Además de repasar los bloqueos mentales que puedan subsistir todavía, las autojustificaciones, las falsas creencias, los pensamientos desviados y negativos, las respuestas inconscientes negativas que observas en ti en determinados momentos o ante determinados estímulos, los autosabotajes, los autoengaños, las diversas fobias, entre ellas al rico y al dinero, la del miedo, la SFO[144], las resistencias, las subpersonalidades, etc., pero, sobre todo, las dudas, que son las que más fácilmente pueden romper el hilo de la comunicación, desde ti y tu "pedido", hacia el Universo.

B. Imprescindibles

La física cuántica sugiere que, al dar una nueva dirección a nuestro enfoque –allí donde ponemos nuestra atención – atraemos un nuevo curso de acontecimientos, a la vez que liberamos otro que ya no nos sirve.

GREGG BRADEN

Para hacer todos los días

1. ENFOQUE, VIBRACIÓN Y ORIENTACIÓN

a) El enfoque

• Enfócate en tu deseo en cualquier momento que tu mente esté libre y, si no lo está porque tienes un trabajo intelectual, procura cada cierto tiempo, reservarte algún minuto para enfocarlo. Aprovecha los ratos de descanso, idas a los lavabos, esperas de autobuses, viajes en que no sabes en qué ocupar tu mente, etc. Ponla a trabajar en lo tuyo mientras observas el lunar en la mejilla de tu vecina del metro o autobús, o el cogote del que va delante de ti en la fila de la entrada al cine o en la cola de la pescadería. Igual ese lunar o ese cogote tienen o se asemejan a la forma de tu deseo. O conduciendo, yendo a por el pan, en misa o repicando.
• Hay miles de circunstancias, veces y ocasiones en los que nuestros pensamientos –por miles y miles– se entretienen vagando sin cesar por dentro de nuestras cabezas. Cualquier estímulo externo, por mínimo que sea, dispara esos pensamientos en todas las direcciones; aprovéchalos para ponerlos a trabajar para ti.
• Si estás descansando en tu sofá o leyendo o viendo la televisión, desvía unos segundos tu atención y enfócate en tu deseo. Siente esa emoción fuerte al hacerlo.
• Mira las nubes del cielo, a buen seguro que alguna tiene la forma de tu deseo. Siéntelo.
• Mira fijamente, durante un minuto más o menos y sin parpadear, una imagen (de colores preferiblemente) de tu deseo. A continuación fija la vista en una superficie plana y blanca, te aparecerá un fosfeno, es decir, una sombra de la imagen que acabas de mirar, ese es tu deseo, haz que lo sea y visualízalo como tal, viendo cómo va tomando forma y que ya lo tienes en tus manos, sólo falta que se materialice del todo, y en breve lo hará.

b) Tableros de visión

Al principio, como explica Assaraf en *El secreto,* yo me hice un tablero de esos que él propone en la película, y me lo ponía al lado del ordenador, de manera que, de reojo, lo podía ver durante mi trabajo de escribir o viendo la televisión (el de arriba es un montaje).

Luego, el Maestro Fénix decía que lo mejor era el tablero de los chakras, el rojo sería el más bajo o chakra raíz y el más alto el violeta o chakra coronilla. En cada unos de ellos un deseo relacionado con el mismo. Ese deseo se puede sustituir por un símbolo: el tercero, situado un par de centímetros por debajo del ombligo es el del dinero (el de arriba es un ejemplo).

También existen los tableros para ordenador, basta teclear en el buscador de Internet 'vision board' y los encontraremos. Son programas que se instalan, y lo programado aparece en la propia pantalla, pero visualizarlo, al tiempo que se trabaja en ella, puede ser algo engorroso.
Por eso yo propongo el cuadro o marco electrónico, capaz de pasar muchas fotos o símbolos a la velocidad que se desee y en el orden que se programe, es el que me parece más adecuado.
La finalidad de estos tableros o marcos, es la de un constante 'martilleo vibrante' sobre nuestras neuronas cerebrales, a fin de que 'aprendan', 'emprendan' y 'materialicen' nuevas rutas neuronales que, al vibrar enfocadas y sincronizadas con nuestros deseos, un día los manifiesten. La repetición constante es una manera de educar a nuestras neuronas y decirles que se pongan a trabajar para nuestros deseos.

c) El Vibrorientómetro (VOM)

No te asustes, no te voy a pedir que te compres un aparato complicado y caro. Entre otras cosas porque todavía no se ha inventado. Y si se inventara, ¿para qué, si tienes dentro de ti el más barato y fiable de todos? El **VOM** mide las vibraciones y orientación de tus pensamientos y deseos de **buena suerte**.
Lo programas y esperas. Imagínate una especie de reloj o brújula que, en vez de tener una, dos o tres manillas, tuviera muchas más y todas girando sobre el mismo eje. En la parte superior está el ENFOQUE.
Y ahora imagínate que deseas ser poseedor, por ejemplo, de un coche bonito, barato, ecológico, etc., para moverte a diario sin que se te arruine el bolsillo; o un teléfono móvil de última generación, o un ordenador potente como el que más, etc., y lo que quieres saber es qué posibilidades de obtenerlo te da tu **vom**. Has de saber que tendrás que estar alerta porque la señal te puede venir de cualquier lado sin que lo sospeches. Y una señal te puede llevar a otra y a otra... Puede ocurrir incluso que te vengan señales negativas. No pasa nada, ya sabes que se dice que no hay "no hay mal que por bien no venga" y, por eso, incluso las señales negativas hay que atenderlas e interpretarlas, si hiciera falta.
Entonces te preguntas:
¿El pensamiento inicial de poseerlo, me produce alegría porque me gustaría poseerlo, o tristeza porque creo que no voy a poderlo pagar? Si es lo primero, tu **vom** está bien enfocado, si no, no.
Luego sigues: ¿Es positiva o negativa la emoción que siento al verlo? Lo que sientes, sólo tú sabes bien cómo es.
Y así sucesivamente.
Debes ir corrigiendo cada una de las respuestas que estén

desorientadas, e ir dirigiendo la varilla correspondiente en dirección al enfoque, a la **buena suerte**. De manera que acaben estando todas enfocadas y apuntando allí. En ese momento estarás ya en camino de lograr tu objetivo.

Pensamiento		Presumir
Emoción		Seguridad
Sentimiento		Ahorrar
Vibración		Relajación
Deseo		Diversión
Dinero		Trabajo
Sensación		Etc.

Recuerda: atiende a tus emociones, a cómo te sientes con un pensamiento, una idea, un deseo, etc., que esa es la mejor guía.

d) Otras experiencias para medir tus vibraciones

Imagínate que alguien conocido se te acerca y de repente te pide una cierta cantidad de dinero.
¿Cuál es tu primer pensamiento, sentimiento, emoción o reacción? Es de:

Disgusto, o pensar: ¡Pobre!, si lo pide es porque lo necesita.
Enfado, o pensar: ¡Veré qué puedo hacer!
Sospecha, o pensar: ¡Igual quiere poner un buen negocio!
Irritación, o pensar: ¡No es fácil pedir, si lo hace es porque lo necesita!
Incredulidad, o penar: ¡Debe estar pasándolo mal para pedirme a mí!
¡Qué se ha creído este!, o pensar: ¡Estará pasando un mal bache!
¡No soy un banco!, o pensar: ¡Echaré cuentas a ver qué puedo hacer!
¡Por qué a mí! o de: ¡Si cree que tengo es que me va bien!
¡A mí no me sobra! o: Le dejaré lo que pueda, con condiciones.
¡Cómo le digo ahora que no!, o pensar: Me gustaría ayudarle, buscaré algo.
¡Vaya faena!, o pensar: Tengo que buscar la manera de

que encuentre algo.
¡Si no me llega ni para mí!, o pensar: Veré si mañana le puedo ayudar.
¡No soy rico! o pensar: En cuanto pueda le voy a echar una mano.

Y así sucesivamente.

Tus respuestas serán la medida de la temperatura vibratoria que marcará tu **vom**, y te estarán acercando o alejando a ti mismo de la **buena suerte**.
¡Ojo! No estoy diciendo que seas un manirroto ni un alma cándida y te lleguen incluso a tomar el pelo. Se trata de lo que sientes, de tus vibraciones ante todas y cada una de las circunstancias que se te presenten en la vida, sean del tipo que sean, pero que pueden afectar a tu **resonancia** y **sincronicidad** con la **buena suerte** y, por tanto, con los objetivos que tienes marcado alcanzar. Esas son solo tuyas. Luego harás lo que creas conveniente, pero tus vibraciones positivas no debes dejar que nadie te las toque ni modifique.
O este otro ejemplo:
Desearías tener pareja, pero sólo el pensarlo remueve en ti ciertas emociones negativas –a causa, o no, de vivencias anteriores– de: tristeza o alegría, miedo o amor, fracaso o esperanza, frustración o consuelo, soledad o compañía...
Y así sucesivamente con todos tus deseos, sentimientos y emociones.

e) La música como forma de vibración y enfoque

Una forma de vibración y enfoque es la música. Hay estilos de música que son relajantes y los hay que son estimulantes, con toda una gama de intermedios. El caso típico de música relajante es el de la música clásica, Mozart por ejemplo, aunque no toda. También alguna música medieval, con sus monótonas salmodias o el canto gregoriano; o en mucha de la música oriental, árabe, etc.; o en la moderna, que nos podemos encontrar con música relajante, como pueden ser muchas melodías; la de la Nueva Era; la del Estudio de Bioinformación; o en música exprofesamente creada para la relajación (la biorrelajación, por ejemplo, de Fénix), los ritmos isocrónicos, la hemisync, la binaural o bineural, la omsica, etc.
Si lo que necesitamos es ponernos una música para relajarnos y bajar a alfa, zeta o delta, deberemos encontrarla en este tipo de música. Es cuestión de buscarla. La vibración de esta música la entiende mejor el inconsciente y ayuda a entrar en esos estados de relajación. Dentro de

la clásica, nos podemos encontrar con todo tipo de marchas y óperas que son muy estimulantes, como lo es también el tipo de música rock, rap, etc. La marcha Radetzky sería inapropiada para estos casos. Pero sí lo sería, por ejemplo, para el enfoque en estado despierto: a unos cuantos compases que conozcas bien, les añades letra del tipo 'paz', 'salud', 'riqueza', 'dinero', 'mansión', 'título', 'coche', 'amor', o cualquier otro texto que haga referencia a tu deseo de **buena suerte** inmediato.
¿Y esto para que? Para aprovechar sus vibraciones. Al fin y al cabo, las vibraciones de las notas musicales son casi tan "visibles" como las del agua mansa de un estanque a la que se le echa una piedra. Cada nota musical tiene una vibración determinada, como dije más arriba, así el 'do' produce unas cuantas ondas menos en el aire (262 Hz), que un 're' (294 Hz), y este, menos que un 'mi' (330 Hz), y así sucesivamente.
A esta vibración se la llama también frecuencia. Evidentemente no se 'ven' como acabo de decir, como las olas del agua, sino que se oyen, ya que son los oídos los que las captan y no la vista. Me dirás que un 'mi' de una música relajante es igual que un 'mi' de una música excitante. Un 'mi' tocado por una trompeta tiene las mismas vibraciones que tocado por un flautín, dentro de una misma escala, pero no el mismo efecto.
De acuerdo, pero hay otros factores en la música, como el ritmo, el tono, el compás (un 'mi' alto puede tener hasta 2093 Hz) y hasta la forma en que lo matiza el director de una orquesta, que hacen que ese 'mi' sea relajante o excitante, aunque la vibración sea la misma.
Con tu melodía ya aprendida, cuando camines por la calle, estés solo y no molestes a nadie, canturréala, bien de viva voz o en tu mente. Al ser música excitante, hará subir tu bioenergía y te ayudará a crear esos nuevos caminos neuronales hacia la **buena suerte** buscada.

f) Otros estímulos de vibración y enfoque

• Llena todo a tu alrededor con el símbolo que elijas para tu deseo. Puede ser un símbolo muy simple, desde una letra o una runa hasta un dibujo hecho por ti, y puede ser todo lo grande o pequeño que desees.
Si estás en tu trabajo, evidentemente lo mejor será un símbolo pequeño y que pase desapercibido para los demás.
Imagínate que lo que deseas es dinero, pues bien, hazte pegatinas, por ejemplo, del símbolo del dólar $ o del euro € y pégalas disimuladamente por todas partes por donde suelas pasar regularmente.
O márcalo con un rotulador en lugares discretos.
Yo empleo a veces un signo taquigráfico[145], así nadie lo entiende y pasa más desapercibido. Es como un garabato y, como hoy día ya

nadie estudia Taquigrafía, nadie se entera, lo mismo pasa con el Morse. También puedes usar el LSE (Lenguaje de Signos Español), el braille, los jeroglíficos, el alfabeto griego, el cirílico o el chino, si los conoces.

• En tu casa, evidentemente los símbolos pueden ser más grandes y menos discretos o crípticos. Los puedes poner delante de tu cama, para que, cuando te despiertes, te hagan recordar que eso es lo que deseas y vas a conseguir; o en el espejo de tu baño, hasta en el inodoro (como la consabida mosca de los urinarios masculinos, todo vale para hacer diana), en la cocina, en la puerta del frigorífico; en el reloj de pared, en tu despacho o salón, tapando la mancheta de la cadena de TV, como fondo o salvapantallas de tu ordenador, en el teléfono, en la puerta de salida de tu casa; como un tatuaje en el brazo, en la solapa interior de tu cartera, en la billetera (en ésta se puede además llevar incluso un fotocopia del billete de más alto valor de tu país, de manera que cuando la abras, sientas la abundancia),o uno real de poco valor al que le hayas añadido a mano unos cuantos ceros de más, etc.

• Crea en tu interior, mentalmente y a ser posible en estado de alfa o zeta, una especie de saco negro para todas las negatividades que vayan llegando o apareciendo por tu vida. Y las vas redirigiendo y depositando allí. En ese saco debe caber todo cuanto oigas, veas, sufras, etc., que venga a ti negativamente, para que no te afecte. La humanidad está más que desquiciada por la tromba de negatividad que esparcen, a diario y por todas partes, los medios de comunicación, sean periódicos, revistas, televisiones, cines, Internet, etc. Es raro encontrar un telediario o periódico en que la primera noticia o página no sea una desgracia, apenas hay películas en que no exista violencia gratuita, pistolas, agresiones, muertes, estafas y un sinfín de negatividades más. Y así todo.

• Ese saco, a buen seguro que, al cabo del día, y si no has estado viviendo en una burbuja, estará lleno de todo tipo de basuras. Jamás en la historia de la Humanidad ha habido tanta aberración suelta, ni tanta facilidad para tenerla al alcance de la mente y de las manos de cualquiera. Es por ello que será necesario vaciar mentalmente el saco a diario, al tiempo que se vacía la vejiga cuando uno se va a la cama por la noche.

• Párate, en cualquier momento del día, y analiza rápidamente en lo que estás entretenido pensando, diciendo, oyendo, viendo, etc., y si es algo negativo, ahuyéntalo, a menos que entretenerte en ello sea para encontrar una solución. Estar todo el día, o a ratos enteros, dando vueltas y más vueltas a un tema negativo sin afán de buscarle

solución, es estar retroalimentándolo continuamente. Aquello en lo que la mente se está ocupando continuamente, es aquello que la mente entiende que es lo que deseas. No lo olvides.

• No pierdas energías enfrentándote a lo negativo. No luches contra ellas. Si no tienes más remedio que aguantarlo, ponte internamente estoico e imagina que todo ello te entra ya triturado, en forma de papilla y que va directamente al saco negro, a través de un colador, para que no se escape algún que otro "tropiezo" saludable y positivo. La energía, en sí misma y en este sentido, siempre es neutra, no es ni buena ni mala, sólo es malo el uso que se hace con ella. Si se emplea para encender una bombilla es buenísima, pero si se emplea para quemar a alguien será malísima. Aprovecha la energía que te manda cualquier acontecimiento negativo, pero sólo la energía.

• Lo negativo no debe formar parte de tu dieta. Los desechos de lo que se ingiere por la boca se expulsan al exterior a diario, y si no, nos intoxicamos. Mentalmente ocurre lo mismo, si estás continuamente ingiriendo tóxicos en forma de palabras negativas, pensamientos negativos, historias negativas, recuerdos negativos, noticias negativas, películas negativas... sepas que estás intoxicado ya.
Si tu estómago mental no es capaz de discernir y digerir adecuadamente cuanto entra en tu mente y separar lo aprovechable y nutritivo de lo inútil, tienes un problema.

• Sólo debes ingerir, para una vida lo más sana posible, aquello que te haga crecer, aquello que te alimente de veras, que te nutra, que te haga feliz y dichoso. ¿Es posible adquirir todo esto de un producto, de una historia, de una situación, de un pensamiento... negativos? Por supuesto que sí. Yo no me niego a leer un periódico o una revista, ver una película o un noticiario, sólo porque estén llenos de noticias, actuaciones o mensajes negativos.
¡Faltaría más! Pero siempre con el escudo protector.

• Desarrolla tu intuición. Hay maneras de hacerlo.
Abajo en la bibliografía, te incluyo algunos libros que te pueden ayudar. Estate atento a cualquier detalle de cuanto pase por tu lado, por tu vista, por tu gusto, por tus oídos, por tu olfato y por tu sensibilidad. En cualquier sitio puede estar el detalle que te catapulte al éxito. Que no se te escape por no haber estado atento. Muchos grandes descubrimientos, obras, inventos y negocios empezaron así.

• Despierta también tu capacidad de ver el aura. No es ninguna tontería, se puede aprender y te puede ayudar a "ver" las cosas de otra manera. Hay gente que dice verla naturalmente. Yo no. Solo a base de muchos y muchos ejercicios, conseguí ver un día mi primer aura. Era

preciosa, de una mujer triunfadora que estaba dando una conferencia sobre el mismo tema que nos ocupa aquí, una experta. Su aura era radiante. De lo que habló apenas me enteré y nada recuerdo, pero su aura me resulta inolvidable. Generalmente es difícil ver un aura, porque la mayoría la tenemos desvaída, apagada... bien por problemas de salud, económicos o de estrés. Apenas tiene luz y por eso captarla es difícil, incluso por expertos.

• Guarda tu pasión, tus sentimientos y emociones más fuertes para potenciar lo positivo, en ti mismo, en los demás, en la sociedad en que vives y en el mundo entero, si es preciso. Si todos lo hiciéramos así, el mundo sería un lugar más amable. Pero aprovecha eso mismo para conseguir lo que es el objeto de tu deseo. Una llama no mengua aunque se divida miles de veces.

• El pensamiento positivo, al igual que el protagonista de cualquier película de buenos y malos, debe ser siempre el que gana al negativo y se coloca por encima, como el aceite sobre el agua. No hace falta matar al malo o encerrarlo en la cárcel, simplemente se le desplaza, se le anula y, mejor aún, se le transforma.

• No tengas más miedo que el miedo al miedo, como decía Napoleon Hill. Si no te lanzas, nunca sabrás si lo que deseas lo conseguirás, y además es que nunca lo conseguirás.

• Nunca te acuestes ni te duermas con un pensamiento negativo en tu mente. La mente no descansa ni de día ni de noche. No lo olvides.

• Perdona, perdona, perdona. Recuerda la gran lección que nos daba Wayne W. Dyer cuando despegó su carrera de escritor, motivador y conferenciante después de encontrar la tumba desconocida de su propio padre, al que nunca llegó a conocer, porque lo abandonó de pequeño junto con sus otros dos hermanos y su madre, para morir al cabo de un tiempo como cirrótico e indigente. Pisoteando su tumba con rabia, recriminó a su padre por haberlos abandonado y no haberles siquiera llamado alguna vez. Tras esa fuerte emoción y el llanto consiguiente, cuenta Dyer cómo algo se adueñó de él y se acordó en ese momento, mientras pisoteaba la tierra sobre la que estaba enterrado su padre, de una frase del escritor Mark Twain que decía: “El perdón es la fragancia que la violeta deja en el talón que la pisa”. Una sensación nueva invadió el alma de Dyer y le dijo a su padre muerto: “Te perdono, a partir de ahora te transmitiré amor”[146].

• Sé generoso. La mayoría de los grandes millonarios lo son. Cantidades ingentes[147] de sus ganancias van a parar a actos de beneficencia y solidaridad con los menos favorecidos. No seas tú

menos. La generosidad, al igual que la gratitud, aparte de ser mentalmente higiénicas, ayudan al desbloqueo mental respecto a las riquezas, haciendo crecer aún más las mismas.

• Sé agradecido. Es de bien nacidos, pero es que además ello te ayudará a mantener y aumentar todo cuanto consigas.
Supongo que habrás ya leído lo que pongo de Victor Boc y otros, más arriba citados (¿o te los has saltado?) que han hablado de ello. Crea tu propia fundación o adscríbete a alguna otra.

• Ten fe, aunque no creas en nada. Sin ella la **buena suerte** no viene. Y…

• Actúa. Que sin acción, todo lo demás es lo de menos.

2. LO RECIBIDO COMO HERENCIA

No me refiero con esto a la carga genética o a aquello de material que nuestros padres nos dejan cuando parten a otra dimensión, eufemismo este puesto de moda para decir que se mueren. No se trata de eso, sino de la herencia "invisible" que va pegada a nuestra piel y a nuestros sentidos, pero, sobre todo, a nuestro inconsciente y a nuestra forma de ser.
Son nuestros mayores condicionantes en la vida, son los que nos llevan a actuar, comportarnos, reaccionar... de una u otra manera. Pero no solo entra aquí la herencia paterna, sino la de familiares, amigos, vecinos, entorno, maestros, profesores y demás, y también la de acontecimientos, enfermedades, desgracias, alegrías o satisfacciones que hayamos vivido en el pasado.
Todo lo que te ha impactado en el pasado –es decir, creado una emoción fuerte– puede estar presente aquí y ahora en cada una de tus decisiones y actuaciones. Pero, sobre todo, si algo así de impactante lo has sufrido o disfrutado desde el instante mismo de la concepción, hasta aproximadamente los diez años, a buen seguro que esa energía, controlada o no, está todavía bien adentro de ti.
Si es una energía positiva, ¡enhorabuena!, pero si es negativa: de vivido en la pobreza durante la infancia o con martilleos mentales continuos y repletos de carencias y problemas económicos por parte de tus padres, familia y entorno, aunque no recuerdes nada de eso, en el fondo de tu inconsciente, eso permanece y te condiciona para alejarte de la **buena suerte**.
La educación recibida a posteriori, aunque no es lo mismo, no deja de tener su misma importancia, porque lo más probable y seguro es que sea continuación de la anterior.
Tanto el embrión como el feto y, por supuesto, el recién nacido, perciben con total claridad, aunque no con el lenguaje al uso, sino

más bien simbólicamente, todo cuanto ocurre a su alrededor, tanto desde dentro de la madre como desde fuera de ella. Un nonato, o un bebé de poca vida extrauterina, no entiende de euros, ni de dólares, ni de carencias, ni de necesidades, pero sí va grabando en su 'mente' esa "sinfonía de fondo" (J. Grau) que la madre emite y le transmite de su propia negatividad y pensamiento de privación, de carencia, necesidad, angustia o miedo, al principio desde su interior y luego reforzado desde su entorno.

Se implantan así en la mente del pequeño unos mensajes negativos que le van a condicionar durante toda su vida. Si éstos además vienen reforzados por la escuela, en donde posiblemente el mensaje persistente sea el de que "la vida es muy dura", "aquí se viene a sufrir", "nadie te va a regalar nada", "es mejor un trabajo fijo para toda la vida", etc. O, aún peor, por la Iglesia, con el añadido de culpabilidad, de condenación eterna, pecado y todo eso, pues: "los ricos no pueden ir al cielo", "hay que estar con los pobres", "Jesús era pobre", *"el dinero es el estiércol del diablo (stercora diaboli),* etc.

Si es así, a buen seguro que tienes muchas puertas cerradas a la **buena suerte** y necesitarás abrirlas.

Sabiendo esto, ya no hace falta que te recomiende que vayas a algún profesional a que te ayude, porque igual tú solito no lo puedes remediar. Pero si crees que no vas a poder, no te cortes y acude sin reparo. No soy partidario de mandar a la gente a que se gaste el dinero con estas cosas (lo siento, colegas), ni siquiera para que deje de fumar[148], ya que si uno quiere, puede, de sobra.

Lo que sí haré aquí es darte a conocer una fórmula para alcanzar un estado de relajación pre-hipnótico que te ayudará a adentrarte en tu inconsciente y, de esa manera, hurgar a la búsqueda y disolución de mensajes perversos que te estén frenando en tus aspiraciones, y convertirte así en una especie de esponja para que puedas grabar en ella todos tus pensamientos positivos, deseos, objetivos a conseguir y, sobre todo, mantener tu orientación hacia ellos inalterada.

Una vez introyectado en tu inconsciente todo cuanto deseas conseguir, y esto te salga espontáneamente en cualquier ocasión, estarás a dos calles de alcanzar esa **buena suerte** y el éxito correspondiente. No te asustes, es todo muy sencillo y al alcance de tu mano.

Te aseguro que no te arrepentirás. Te jugarás tu futuro, tu bienestar, tu felicidad a un ganar/ganar, a cambio de casi nada. Realmente merece la pena. A otros nos ha costado toda una vida de sufrimientos, trabajo y sacrificios para llegar, por fin, aquí. Tú lo vas a tener más fácil, en tu mano está.

3. EL PLAN O CAMINO A SEGUIR

Una vez te hayas centrado en lo que quieres y tras haber escrito sobre

un papel cada detalle suyo, tienes que entrenarte primero en enfocarlo y visualizarlo. Este entrenamiento es cosa de solo unos pocos días, es decir, hasta que consigas tenerlo en mente nada más pensar en ello.
Visualizarlo no es imaginarlo, es decir, lo que se debe hacer es verlo. Si se puede físicamente la primera vez e incluso de cuando en cuando, tanto mejor, si no, lo más adecuado es proporcionarse fotos de aquello que se desea.
Si es dinero, puedes encontrar fotos de montones de dinero en revistas, Internet, etc. Se recorta y se pega en un tablero, un cartón, la pantalla del ordenador o el marco digital, donde se quiera; si es una casa, se hace lo mismo; si es un coche, se busca la marca y el modelo y se recorta también, de manera que, al final, se tenga una plataforma en donde se halle todo cuanto deseamos, y podamos acudir a ella en cualquier momento a reforzar nuestra visualización.
Conviene que cuando se visualice, no se pierda detalle de todo aquello que estemos visualizando en cada momento. El dinero tiene poco que visualizar, pero podemos verlo, aparte de en la foto que hayamos recortado, en un extracto de nuestra cuenta corriente bancaria, pagando con nuestra Visa Oro, en un cheque bancario, comprando algo que nos guste, etc. O en cualquier otra manera que se nos ocurra. Mucha gente lleva en su cartera una fotocopia de un billete con muchos ceros añadidos a mano, o incluso uno de verdad del valor más alto de la moneda de su país, aunque sin ninguna intención de gastarlo, si bien esto tiene el peligro evidente de que les roben. Es preferible una buena reproducción o fotocopia. El caso es que uno tiene que sentirse y 'casi' vivir como un rico.
Muchas de las cosas que digo a continuación no las practico a diario ni mucho menos. Si bien las tengo en cuenta para sesiones más largas o para cuando dispongo de más tiempo. No se trata de cosas complejas ni mucho menos. Verás enseguida que son cosas muy sencillas y fáciles de aprender.
Como este no es un libro de aprendizaje de técnicas, solamente te indicaré un poquito de lo que son y de lo que hay que hacer, si luego tú quieres experimentar más o conocer más en profundidad de qué va cada cosa, no tienes más que acceder a Internet o a la bibliografía y allí encontrarás a buen seguro todo lo que necesites.

4. RELAJACIÓN O AUTOHIPNOSIS

Aunque hay quienes consideran este apartado como inútil en este contexto, yo estoy convencido de que no lo es Y, por eso, nunca empiezo una sesión sin incluirlo. De alguna manera podríamos decir que esto sustituye a lo que antes era rezar y que ahora se hace menos. A decir de Braden, en *El Efecto Isaías:*

«Quizá los pasajes con más autoridad de nuestros perdidos textos precristianos hagan referencia a una antigua ciencia conocida hoy en día como oración. Considerada por muchos como la raíz de toda tecnología, la oración, que es la unión del pensamiento, el sentimiento y la emoción, representa nuestra oportunidad de hablar el lenguaje del cambio en nuestro mundo y en nuestro cuerpo. Las palabras de otros tiempos nos recuerdan el potencial que la oración puede aportar a nuestras vidas. Las modernas investigaciones, con el lenguaje de nuestra propia ciencia, nos ofrecen las mismas visiones.

A finales de los ochenta, el efecto de la oración y la meditación masiva se pudo documentar mediante estudios que se realizaron en algunas de las principales ciudades del mundo, donde se pudo medir el descenso del índice de criminalidad ante la presencia de continuas vigilias de paz realizadas por personas preparadas para este fin».

Esto contrasta un tanto con el tipo de oración mecánica que se realiza en la mayoría de las religiones. No vale para mucho, ya que, al igual que rascarse una pústula, puede aliviar momentáneamente las molestias que causa, pero no arregla nada.
Si conoces la Meditación Trascendental, el Método Silva, o cualquier otro tipo de relajación (hay muchos), también son buenos recursos.
Yo aquí te voy a enseñar uno que es una mezcla que tiene que ver con el Método Silva (estado alfa) y la técnica llamada Anatheóresis, de Joaquín Grau, el estado IERA (zona baja de zeta), llamado así por su autor; la Bioprogramación, para disolución de conflictos internos (bajada al estado delta de menos 4 hz también) con respecto a la **buena suerte**, el dinero, las riquezas, etc., hipnosis, dando órdenes a tu inconsciente de lo que deseas borrar de tu mente y lo que deseas conseguir a partir de este momento, y otras.

Todas estas técnicas se utilizan básicamente para mejorar la salud en algún que otro aspecto, sea físico o mental.
Pero nosotros aquí sólo las vamos a utilizar para atraer a nosotros la **buena suerte**. Si bien, como ya he repetido varias veces, mientras no limpies tu inconsciente de contradicciones, subpersonalidades (liquidándolas, como Lichtman con sus Metahistorias, Fénix con la Biofusión, Robbins con la PNL, etc.), creencias falsas, prejuicios... difícilmente lograrás alcanzar tus metas, porque son frenos muy potentes.

* * *

Después de haber considerado todo lo anterior vamos a empezar primero por la relajación.
En primer lugar, pon la habitación en penumbra y, si quieres, con una vela encendida como hacen algunos (quedarse mirando las luces de las velas relaja mucho cuando se tienen los ojos abiertos, pero hay que tener la seguridad de que cuando éstos se nos cierren, o incluso en el caso de que nos durmiéramos, las velas no nos den un disgusto,

además hay que procurarse velas de ceras nat urales, que no sean tóxicas como las de parafina). También es ideal una luz tenue.
Igualmente, si bien no es necesario, acompaña mucho una música relajante de fondo, como hemos dicho más arriba.
Haz un estiramiento del cuerpo en todos los sentidos.
Es decir, levanta un brazo y haz como si fueras a tirar una piedra, luego con el otro, lo mismo. Luego con una pierna, haz como si fueras a dar una patada a un balón, luego con la otra. O puedes hacer como si te estuvieras sacudiendo un gato agarrado a tu pierna.
Sacudes la cabeza y das algún movimiento a tu cuerpo de la manera que quieras.
(Todo esto no hace falta que lo hagas todos los días. Solo de vez en cuando).
Ahora túmbate en una cama o sofá y, si no, sentado en una butaca o una silla cómoda con el respaldo algo inclinado hacia atrás y con algo de abrigo encima para no enfriarte.
Tensa todos los músculos de tu cuerpo y luego relájalos, por ejemplo empieza con la cara, haz toda clase de muecas con la cara a fin de estirar y tensar todos sus músculos (la gimnasia facial es muy buena para mantener el rostro joven y evitar la arrugas, pero para eso, habría que hacerla todos los días).
Luego tensa los músculos del cuello y los hombros, luego el pecho, el vientre, las piernas, los brazos, cierra los puños y aprieta con fuerza. Afloja todo. (Tampoco hace falta que lo hagas todos los días).

.....

En primer lugar, puedes hacer una sesión rapidita y sencilla de Reiki, o una de EFT, tal y como te he enseñado más arriba. Eso entona mucho y libera. (Basta con hacerlo de
vez en cuando).

.....

Cuando tengas cierta experiencia, todo esto que sigue a continuación lo vas a poder hacer incluso con los ojos abiertos (aunque siempre mejor cerrados, si es posible) e incluso sentado en el autobús, en el tren o en el metro, y hasta andando por lugares en donde no haya demasiado tránsito.
No es aconsejable hacerlo evidentemente conduciendo un coche, ni menos una moto.

.....

Siempre es mejor estar en la penumbra, pero si ello no es posible, te puedes ayudar de gafas oscuras, de las de tomar el sol o de las de la siesta o relajación, que son de un material oscuro y moldeable, también valen las imantadas, es decir, con imanes relajantes en su interior (de Nikken, por ejemplo). En cualquier caso, como te digo, en un momento determinado, no necesitarás nada de esto, sobre todo, si

no tienes un lugar donde hacerlo fuera de las miradas ajenas, y, por tanto, aprenderás a hacerlo en el bus, el tren o el metro, sin que nadie se dé cuenta. Hay incluso quien lo hace sentado en un lugar apropiado para otros menesteres más inexcusables y que todo el mundo tiene en sus casas.

.....

Te convendría, si no eres capaz de aprendértelo de memoria, que te hubieras grabado la relajación que vas a hacer a continuación, bien sea en una cinta, un disco, grabadora, lápiz de memoria, mp4, iPod, o semejante, (o que te lo grabara alguien que tuviera buena voz y ritmo a fin de no tener tú que preocuparte por si te acuerdas o no de lo que tienes que hacer estando ya en la relajación).
Le puedes poner de fondo los golpeteos característicos de las ondas alfa, zeta o delta que podrás encontrar en algunos sitios de Internet. Si no los encuentras puedes poner música relajante que a buen seguro sí la encontrarás (bioinformación, nueva era, psiconeural, omsica...), o cualquier otra pieza de música clásica suave. Nunca estridente. En cualquier caso, también te puede valer no poner nada. Pero mi experiencia me dice que es mejor esa musiquilla de fondo.

.....

Es conveniente que desconectes cualquier aparato de sonido (timbres, teléfonos, etc.) que pudieran distraerte (no la música relajante) y te despojaras del reloj, del teléfono móvil y, si lo vas a hacer en la cama, también de cualquier otro adorno u objeto que portaras encima durante el día. En el caso de hacerla en la cama, deberías quedarte, más o menos, con lo mínimo de ropa, si es posible, como cuando te vas a dormir. Y que ésta no te incomodara o apretara.
En la lectura de una relajación, hay mucha gente, profesionales incluso, que no aciertan a dar la cadencia necesaria a su lectura. Suelen hacer un tipo de lectura como quien está leyendo una novela. Y no es eso. La voz del lector sí conviene que sea monótona y grave. Pero la intensidad y el ritmo monocorde tienen que ir decayendo poco a poco, así como la velocidad y el tono. Si no se hace así, cuesta más relajar a alguien.

.....

Ahora, ya tumbado y con los ojos cerrados, vas a hacer una relajación importante. Es la relajación de la **buena suerte**, de ella va a salir todo lo que esperas a partir de ahora.
Las primeras veces durará aproximadamente de media a una hora, e incluso más, eso ya dependerá de ti. Pero cuando tengas práctica, incluso la puedes reducir a un cuarto de hora. Y la deberías hacer al menos tres veces al día: por la mañana, antes de levantarte, a mediodía y por la noche al ir a dormir.

Dirás que es mucho tiempo y que no lo tienes. De acuerdo, pero eso será sólo unos cuantos días, los que tardes en aprenderte la lección y te programes atajos y, ya luego, en 5 o 10 minutos podrás efectuar unas relajaciones breves.
En cualquier caso, una relajación larga al día, sí es conve niente. Y puede ser por la mañana o por la noche, ambas ya en la cama, así luego empalmas con el sueño, si es por la noche, y te duermes con tus deseos en marcha, de manera que el inconsciente siga trabajando con ellos; o por la mañana, antes de levantarte y, aprovechando que sales de una larga relajación, sigues con esta. Al cabo de muy poco tiempo, observarás no sólo que te resulta todo mucho más fácil, sino que te despertarás por las mañanas y tu primer pensamiento será el de tu deseo positivo. No necesitarás ni siquiera buscarlo en tu cabeza.
Acudirá a ti sin más y eso es porque por la noche, tus pensamientos positivos han estado trabajando en tu mente y en tu cerebro en la creación y reconexión filamentosa de tus neuronas hacia los nuevos caminos de éxito y **buena suerte** que les has estado programando.

……

Ahora, con los ojos cerrados, piensa en algo ácido que te haga salivar, vinagre o un limón, por ejemplo. Así, a tu boca aflora saliva abundante, fluida y agradable. Tu boca está húmeda, muy húmeda. Esto hará que tu sistema parasimpático segregue noradrenalina, la hormona de la relajación, y entres rápidamente en un estado de gran tranquilidad y sosiego. Mantén tu boca húmeda todo el tiempo.

……

Te llega una sensación dulce, relajante, envolvente, como de sueño, pero no te vas a dejar llevar hasta él. Vas a permanecer todo el tiempo despierto y consciente de cuanto pase a tu alrededor, de manera que si hubiera algún problema, abrirías los ojos, y sintiéndote bien, atenderías a dicho problema. Tu cuerpo estará descansando apaciblemente, pero tu mente estará activa.

……

Ahora ya vas a ir entrando en un estado de relajación, el estado de relajación que te conectará con la **buena suerte**. Toma aire lenta y profundamente mientras cuentas despacio hasta 6 (o si quieres hasta 8), aspirándolo por la nariz.
Retienes el aire mientras cuentas hasta 3 o hasta 4) y lo sueltas lentamente, poco a poco, hasta exhalarlo completamente, por la boca si lo prefieres. Vas aflojando, al tiempo, todo tu cuerpo, que parecerá como si se fuera deshinchando como un balón de cuero.
Tu cuerpo pierde más y más tensión y tu respiración ahora es más tranquila, más sosegada, más libre.

……

Piensa en tu cabeza, en tu cuero cabelludo. Relájalo.
Nota cómo un suave calor lo inunda. Es agradable. Piensa en tu frente. Está relajada… sin arruga alguna. Desde lo más alto de tu frente hasta tus ojos, está todo relajado. Los músculos de tu frente y de tus cejas están completamente relajados. Tu entrecejo está relajado. Tus ojos, relajados. Tus párpados y globos oculares se relajan, dándote la sensación como si se hundieran dentro de tu cabeza. Es agradable esa sensación de relajación, pero no te olvides de que tienes que permanecer despierto.

……

Aflojas ahora los músculos de toda tu cara, de tu cuero cabelludo… de tu frente… de tus pómulos… de tus cejas… de tus párpados… que se te vuelven pesados y te producen una sensación de sueño. Pero no vas a dejarte vencer por él.

……

Aflojas también los músculos de la boca… de los labios… la lengua y el paladar. La boca, para estar bien relajada, debe estar ligeramente abierta. Las mandíbulas relajadas.
La barbilla cae ligeramente despegándose de la mandíbula su-perior, así los dientes inferiores se despegan de los superiores.
Has de seguir respirando por la nariz. No aprietes los labios, suéltalos. Los músculos de la barbilla y del cuello van perdiendo también su tensión. Todos los músculos de tu cara han perdido ya completamente su tensión. Ya casi no los sientes porque están sueltos y flojos, como abandonados a sí mismos.

……

Ahora pon tu atención en tu pecho, en tu tórax y sus mús-culos, internos y externos. Controla tu respiración, tiene que ser completa, profunda, baja, cadenciosa, suave y acompasada. Los músculos exteriores de tu tórax, se aflojan y relajan más y más, acompañando a tus pulmones. Los músculos de la espalda también quedan relajados, completamente relajados. Siente palpitar tu corazón. Siéntelo… siéntelo. Él te dará la pauta de tu relajación. Tu corazón late tranquilamente… acompasadamente…
suavemente… Escúchalo y verás cómo entras, más y más… en un sorprendente y beneficioso estado de relajación.

……

Tu respiración, ya dejada a su aire, es ahora más profunda, más libre, más saludable. Y esto es muy bueno para ti, para tu salud. Tu cuerpo ahora se llena de noradrenalina, la hormona de la paz, de la

tranquilidad, del sosiego, de la regeneración... y también de endorfinas, las llamadas hormonas de la felicidad, del bienestar, de la alegría... del optimismo… y, ¿por qué no?, de la **buena suerte**...
Respiras profunda... y libremente... y sientes un gran gozo.
Pero recuerda que no te tienes que dormir.

.....

Ahora haces lo mismo con los músculos de los hombros. Aflójalos y relájalos. Los músculos de tu cuello, de tu nuca y de tus hombros se relajan. Ahí se suele alojar mucha tensión...
que ahora se disipa... se desvanece. Casi ya ni los sientes. Pierden toda su tensión.

.....

Ahora aflojas todos los músculos de tus pies. Y aflojas y relajas también los músculos de las pantorrillas, de los muslos, de las piernas enteras. No los fuerces... ellos saben relajarse solos. Ahora, desde las puntas de los dedos de los pies hasta las nalgas, todos los músculos quedan relajados y flojos.
Te entra sueño. Pero no te vas a quedar dormido. Es una sensación muy agradable. Casi no sientes las piernas, las tienes como dormidas, con un ligero cosquilleo muy agradable.

.....

Ahora afloja y relaja los músculos de tu abdomen. Se aflojan y relajan todos los músculos de tu vientre, estómago, intestinos… Todos los músculos, internos y externos, órganos y demás vísceras de tu abdomen, se relajan. Sientes un suave calor que inunda tu abdomen. Es un calor suave y agradable, que te adormece aún más y más. Repasa el interior de tu vientre, todos los órganos funcionan correctamente, hacen su trabajo sin hacerse sentir. Suave, relajada y acompasadamente... están trabajando para ti. Visualízalos relajados y trabajando para ti.

.....

Ahora conciencias tus manos. Tomas conciencia de ellas y aflojas, los músculos de tus manos... los dedos de tus manos están como abandonados, dejados caer al lado de tu cuerpo, sin tensión alguna; y relajas también las muñecas, los músculos de tus antebrazos, brazos y hombros. Repasa uno a uno todos los músculos y ponlos flojos y relajados, muy relajados.
Párate de nuevo un momento más en tus hombros, el cuello y la nuca, ya sabes que ahí se suele acumular mucha tensión, pero ahora se va... desaparece. Relájalos hasta que pierdan completamente toda su tensión.

.....

Ahora estás ya completamente relajado, de pies a cabeza... ya no hay ninguna tensión en todo tu cuerpo. Y sientes una agradable sensación, un gran bienestar y también una sensación de sueño. Pero vas a disfrutar de esa maravillosa sensación, estando completamente despierto por dentro, así que no te vas a dormir y, a partir de ahora, vas a vivir unas nuevas sensaciones que quizá nunca jamás hayas vivido antes.

.....

Ahora, ya relajado tu cuerpo, voy a contar de 5 a 1 [no son hercios] y, a lo que llegues a 1, tu cuerpo habrá bajado al estado alfa. Estarás a 8 ciclos por segundo, a 8 hercios.
5... 4... 3... 2... 1...
Estás ya vibrando a 8 hercios, estás en estos momentos en estado alfa.

.....

Ahora vas a visualizar delante de ti un espejo grande, con un marco gris y grueso. En ese espejo se empieza a reflejar, poco a poco, alguien a quien conoces muy bien... Eres tú... tal y como te ves ahora. Eres tú con tu cara de todos los días. Quizá una cara seria. O puede que con ojeras o con legañas en los ojos, o puede que con ropa sucia o de andar por casa. Quizá pienses que no te gustas... o que eres poca cosa... o que no eres ni vales nada... No importa, eres tú... y estás ahí viéndote y mirándote... y piensas que te gustaría cambiar algunas cosas de tu vida... quizá tu suerte...

.....

De repente... observas cómo ese marco gris del espejo, va cambiando de color, el gris se va transformando, poco a poco, en amarillo y éste en un dorado metálico... lo observas detenidamente... lo tocas... y te das cuenta de que es de oro puro. Miras al cristal del espejo y ves que esa cara que te está mirando, se va transformando, poco a poco también, en una cara más joven, alegre, feliz... sigues siendo tú... pero te ves cambiado. Ahora te ves como quisieras ser... sin preocupaciones, sin los problemas que te agobian, eres tú y, aunque no estés contento de tus logros en la vida, presientes que a partir de ahora, todo va a cambiar para ti. Piensas que eres un ser único... único en el Universo... tienes esa suerte... la suerte de vivir siendo tú mismo... y que, si tienes que estar a gusto contigo, tienes que hacerlo a partir de quien eres ahora. Tu vida entera y, sobre todo, tu felicidad presente y futura, va a depender de lo mucho que te empieces a aceptar y amar a ti mismo a partir de ahora.

.....

Quizás te hayas sentido fracasado, agobiado por la hipoteca, por el

sueldo que no te llegaba, la casa, los niños, los padres, los jefes... ¡qué sé yo! Sin embargo, eres tú... y esa imagen tuya, que no te gustaba, tampoco te ayudaba en absoluto a cambiar, pero debes saber, desde ahora mismo, que la puedes cambiar... y la vas a cambiar, siendo tú mismo y aceptándote y amándote.

.....

Di que te aceptas, a pesar de todo, pero sólo porque eres tú mismo, pero dite también que no te conformas. Así que decides tomar un nuevo rumbo en tu vida... de ambición... de abundancia... de riqueza... de **buena suerte**. Hazlo ya.

.....

Tu semblante ahora es muy otro. Estás contento, alegre, sonriente, bien vestido, peinado y arreglado. Llevas buena ropa, limpia, que huele a nueva y te sienta de maravilla. Obsérvate bien, eres tú mismo, pero tu aspecto anterior ha sufrido un cambio enorme. Te sientes gozoso, ya no sufres por nada.
Ya no te sientes el ser derrotado y agobiado de antes. Eres un triunfador. Metes mano a tu cartera y te la enseñas a ti mismo. Está repleta de billetes para gastar en lo que quieras.
Observas a tu familia allá al fondo del espejo y ves que no les falta de nada. Está bien alimentada y los niños van a buenos colegios. Vives en la casa que soñaste, tienes los muebles que soñaste, y todo aquello que deseabas obtener y nunca podías. Tu cuenta corriente en el banco tiene un montón de ceros. Eres feliz y en el garaje de tu casa está aparcado el automóvil que deseabas. Vas a por tu familia, subís todos en él y os vais de paseo a disfrutar del mismo.
(Esto lo tienes que adaptar a tus circunstancias particulares).

.....

Ahora ya eres una persona nueva. A partir de ahora, cada vez que quieras entrar en Alfa, bastará con que visualices mentalmente tu cuerpo completamente relajado y que tu boca se llena de saliva y se halla completamente húmeda; y a conti- nuación cuentes pausadamente de 5 a 1. Al llegar a 1, estarás automáticamente en alfa, a 8 hercios, y podrás observarte en ese espejo áureo que ya conoces, como una persona de **buena suerte**. Y así será, pues habrás dejado atrás para siempre, tu imagen anterior.

.....

Pero ahora vamos a seguir con la relajación. Ahora vamos a bajar al estado zeta a 4 hercios. Este estado es más profundo, más relajado y más eficaz para conseguir todo cuanto soñaste.
Yo voy a ir contando de **8** a **4** y, a medida que vaya bajando, tu cuerpo se irá relajando más y más todavía:

8… estás todavía en alfa. Siente tu cuerpo relajado. Repasa de nuevo y rápidamente todos los músculos de tu cuerpo y siente cómo todavía se pueden relajar más y más de lo que están ahora.
7… Ahora estás ya a 7 ciclos por segundo. Estás entrando en el estado zeta. Es un estado de relajación algo más profundo que alfa. Es un estado que tonifica mucho tu cuerpo. Es muy saludable.
6… Ahora bajas a 6 ciclos por segundo, te sientes más y más relajado. Sientes como agujetas en tu cuerpo, éste se está como disociando de ti, como separando. Casi ya no lo sientes, tus músculos ya no los notas, tus párpados están pegados y no puedes abrir los ojos, casi no puedes ni moverte… tampoco lo deseas… estás en estado de catalepsia.
5… Entras ahora a 5 ciclos por segundo. Te encuentras muy a gusto en este estado de relajación. Sientes como si tu cuerpo no fuera tuyo. Te sientes por encima de él, como si fueras a salirte de él.
4… ¡Estás ya a 4 hercios! Acabas de entrar en la zona baja del estado zeta. Estás en el estado de relajación máximo posible sin entrar en el sueño. Ahora no te puedes dormir. Tu mente ha de permanecer despierta. Tu cuerpo está totalmente relajado… casi no lo sientes… estás en estado cataléptico y no puedes moverte… ni quieres…
¡Estás tan a gusto así!… Sigue ahí… disfruta de ese maravillo- so estado… porque… ahora…

…..

Vamos a seguir relajando también tu mente, ya que, a buen seguro, tus pensamientos te estarán acosando continuamente y es necesario desprenderte de ellos… para acceder a lo más profundo de tu inconsciente y conseguir colocar allí tus nuevos pensamientos y deseos de **buena suerte**. Ambos, pen- samientos y deseos, han de vibrar al unísono dentro de ti mismo, a fin de conseguir atraer hacia ti aquello que anhelas.
Por tu cabeza rondan pensamientos de todas clases, unos más agradables que otros y algunos realmente nefastos, pues son negativos y puede que te estén desenfocando y apartando continuamente de tus objetivos. Vas a necesitar aprender a desprenderte de ellos. Y tiene que ser sin esfuerzo.
Como es la práctica la que conduce a la perfección, contempla tu mente ejercitándose en obviar estos pensamientos molestos, pero sin esfuerzo.

…..

Cuando estos aparezcan… déjalos marchar, no te entreten-gas en ellos, déjalos para más tarde. Luego los retomarás si lo deseas, pero ahora déjalos ir. No los necesitas. Si conoces algún mantra, utilízalo. Eso te ayudará a mantener alejados los pensamientos.
Si no conoces ninguno, repite, por ejemplo, uno de estos: “shirim” o

“harim”, el que más te guste.
Si lo repites sin parar: shirim, shirim, shirim... te darás cuenta de que a los pensamientos les cuesta más agarrarse a tus neuronas, y poco a poco irán dejando más tranquila tu mente. Si no consiguieras librarte de ellos, tampoco te agobies.
Cuando te percates de que estás desviándote de tu camino, retorna a él aunque el nuevo pensamiento te atraiga más. Piensa que ya habrá tiempo para él.

.....

Para ayudarte a ello, imagina que alguien le da a un interruptor... y los pensamientos se apagan... se funden... el ruido que hacían se va... queda todo en silencio... con una gran quietud... ya nada te molesta... nada se oye... nada se siente... no hay nadie a tu alrededor... está todo tranquilo... ningún ruido que pudiera haber te molestará tampoco... y si oyes alguno, eso te relajará aún más y más... no hay nadie en el mundo... vas a estar solo tú en él... y sólo oirás mi voz... solos tú y mi voz… nada más...

.....

Acabas de entrar en un estado de maravillosa paz... un estado en el que no te importaría estar horas y horas... hay mucha paz en ti y te entra somnolencia... pero no te vas a dor- mir... tu mente permanecerá despierta y atenta...

.....

Y ahora es tu mente la que va a bajar también a los 4 ciclos por segundo. Para ello contaré de 8 a 4 y al final te hallarás en ese estado zeta de relajación mental profunda, pero sin dormirte. Así que... déjate llevar...
8... Tu mente está en alfa, a 8 hercios, ya relajada y libre de pensamientos parásitos... y se tranquiliza... se sosiega… se llena de paz... de alegría... de riqueza... porque sabes que muy pronto la **buena suerte** te va a sonreír... y vas a conseguir cuanto deseas, a partir de tus nuevos pensamientos... que irás teniendo...
7... Tu ritmos cerebrales se relajan más y más... se ralentizan... y empiezas a sentir una maravillosa paz mental… No tienes sueño.
6... Sigues descendiendo... nada hay ya fuera de ti. Solo oyes mi voz y te dejas llevar por ella.
5... Estás llegando ya al centro de ti mismo, ahí donde habita tu consciencia, que es única y que es la que te hará crear la realidad que deseas vivir a tu alrededor.
4... ¡Ya estás en lo más profundo de ti mismo...! en tu parte más inconsciente y radical. Estás ya en condiciones de ver, sentir y modificar tu realidad más condicionante y negativa, aquella que te

condicionó a crear la vida que has estado viviendo hasta ahora... y que a partir de ahora, al comprenderla, la vas a cambiar... por esa otra realidad que deseas hacer tuya y de tu vida en adelante. Y la vas a modificar para tu bien… tus pensamientos a partir de ahora serán todos positivos, vibrantes, cargados de bioenergía... esa que hará posible tu nueva vida llena de felicidad, abundancia, alegría, optimismo y **buena suerte**...

.....

Ahora vas a repasar tu vida, desde tus más remotos recuer- dos de carencias y privaciones... en tu hogar... tu guardería... tu colegio... tu iglesia... tu instituto... trabajo... Recuerda momentos de tu vida en que te privaron o te privaste tú de algo que deseabas ardientemente, en que ansiabas algún juguete y no lo obtuviste, en que tus padres te negaron algo porque decían que ellos no podían, en que quizá hasta pasaste hambre, frío u otras calamidades. Repasa las veces que te dijeron u oíste en tu entorno que ser rico es de personas malas y ladronas, que en la vida hay que conformarse con lo que se tiene, que los pobres no pueden aspirar a ser ricos, que la vida es como es, y a ti te ha tocado ser pobre...
Repasa cuántas y cuántas veces tú mismo habrás denigrado a los ricos... cuántas veces habrás pensado que tú nunca llegarías a ser rico... ni a tener nada de aquello que te gustaría tener algún día... quizá una casa mucho más hermosa, quizás un viaje alrededor del mundo, o puede que unos determinados estudios, una pareja que te quisiera de verdad, tantas cosas...

.....

Piensa en ello unos minutos y, a medida que vayan surgiendo dentro de ti esas situaciones, ve dándoles la vuelta, míralas ahora como algo positivo, como un aprendizaje, como un camino ya recorrido y, por tanto, sin influencia actual en ti, ya que, en definitiva ha sido energía mal empleada, pero que a partir de ahora, esa energía negativa te va a funcionar como positiva y que la vas a aprovechar para impulsarte a conseguir tu buena suerte. Móntate, si quieres, una metahistoria, es decir, cambia los acontecimientos, haz como si hubieran ocurrido de otra manera. Y dite también a ti mismo ahora, que eso ya no te va a influir en adelante, que ya nunca más te van a condicionar y dirigir tu vida. Que, a partir de ahora, vas a ser
tú quien sea el capitán de tu alma. Ahora tu vida será plena, abundante y rica... y tú el dueño de tu destino.

..... (tiempo) .....

Y perdona a cuantos te hayan hecho sufrir en el pasado, no les guardes rencor, eso sería en tu interior un freno terrible a tus aspiraciones.

Piensa que el pasado no se puede cambiar más que en tu mente. Hazlo con cada unos de los acontecimientos negativos que hayas tenido que vivir. Vuelve sobre ellos todas las veces que lo desees, sobre todo, si siguen despertando en ti sensaciones negativas. Debes llegar a no sentir nada por ellos, ninguna emoción negativa, sólo el recuerdo; y, más tarde, cuando por la razón que sea, tengas que recordar esos acontecimientos, lo hagas con la lucidez, el perdón y la alegría del presente. Piensa que fue un aprendizaje necesario para alcanzar la **buena suerte** que vas a tener de ahora en adelante.

..... (tiempo) .....

A partir de ahora, cada vez que escuches, veas, leas, pienses o digas la palabra riqueza (o salud, o amor, etc.), ésta te hará vibrar en consonancia y te acercará más y más a ella. Desde ya, considérate rico, abundante, amoroso… Y también gozoso por haber encontrado a tu pareja, emocionado por haber terminado tu carrera... obtenido tu trabajo... (o lo que sea) … (Todo esto no hace falta que lo hagas todos los días.
En el momento en que comprendas que ya no lo necesitas, lo puedes suspender, al igual que algunas partes de más arriba).

..... (tiempo) .....

5. TU SÍMBOLO DE LA BUENA SUERTE

Y ahora vamos a entrar en la fase final de esta relajación, de este estado zeta en que te encuentras, de esta inmersión en tu 'yo' más profundo... y vamos a dar el paso que más te acercará a tu futuro de buena suerte, de abundancia, de riqueza, de amor, etc.

.....

Tu mente ahora está como desprendida de tu cuerpo, como flotando sobre el mismo... No temas por él... está protegido de todo daño, nada le puede ocurrir... él está ahí relajado, muy a gusto, nunca se sintió tan a gusto como ahora... déjale disfrutar de ese estado... y deja que tu mente vuele...
Déjala que encuentre un lugar en el que quizás alguna vez soñó o vio en alguna película, revista, etc. Es el lugar en el que, de poder ir con tu cuerpo, sabes que te encontrarías muy a gusto, como en un paraíso. Puedes imaginarlo yendo solo o en compañía. Pero vas a descansar, a olvidarte de preocupa- ciones, a disfrutar de un paisaje, temperatura, clima, ambiente… maravillosos. Imagínatelo como quieras. No vas a sentir nin-guna preocupación por nada ni por nadie. En ese lugar no vas a tener necesidades. Puede ser una casa preciosa rodeada de todo tipo de árboles y fragancias, situada en un monte: o puede que en una playa tranquila, de aguas cristalinas y con todo tipo de servicios, pero

sin apenas gente o sin ninguna gente, si así lo deseas. O puede ser en el campo...

.....

El sitio lo escoges tú, y tu mente le añade lo que le falte para tu gusto o le quita lo que le sobre. Ese va a ser tu lugar ideal de descanso, al que vas a ir a recogerte todos los días du-rante unos minutos, todos los que quieras. Bastará con que te relajes a 4 hercios y entres en zeta, y en cuanto lo dispongas, automáticamente te encontrarás allí.
Elijas el lugar que elijas, allí te vas a encontrar con el símbolo de la **buena suerte** que elijas para ti, y que te ancle a ella, de manera que, cada vez que lo veas, oigas su nombre o pienses en él, automáticamente se dispare dentro de ti el deseo que en ese momento de tu vida tienes depositado en el mismo, a la espera de conseguirlo. Además vas haciendo camino hacia la fuente de tu **buena suerte**.

.....

A medida que vayas consiguiendo tus deseos, puedes ir cambiando ese anclaje a los nuevos deseos que te surjan.
Ese símbolo, que vas a encontrar en tu lugar ideal de descanso y relajamiento, puede ser tan grande como desees y te aconsejo que lo sea. Pero, como recordatorio del mismo, te puedes hacer luego una copia, fotografía o reproducción del mismo, que puedas llevar contigo o tenerlo cerca siempre.
Como ese símbolo original solo va a estar en tu mente, haz que sea de oro, o de cualquier material noble y que para ti re-presente abundancia, riqueza, plenitud, amor, etc., o sea, toda la gama de deseos que pienses y quieras conseguir en la vida, pues te va a salir gratuito. La copia también te puede salir gra- tis, ya que basta con que recortes una foto del símbolo elegido, de una revista o periódico o la dibujes tú mismo y la pongas en tu billetera, en tu portafolios, en tu baño, en tu despacho, como tatuaje o como quieras.
Dicho símbolo original debes imaginarlo y visualizarlo siendo hueco y preferiblemente con algún tipo de puerta o ventana que puedas abrir a voluntad. Si visualizas un anillo de oro enorme, estará bien, pero mejor si es hueco y tiene accesos; también puedes visualizar una esfera, un armario con varias puertas, si eso te resulta más fácil, o una casa grande, o un templo, o un palacio. Yo utilizo una pirámide de oro de varios lados (y la copia que tengo frente a mí, aunque es de bronce y pequeñita, para mí es como si fuera de oro).
Cualquiera de estos símbolos que elijas se tiene que poder abrir. La pirámide es un concentrador energético muy valioso debido a su forma[149].
La que yo visualizo tiene la base giratoria para orientarla. Y, aparte de ser ella en sí misma un símbolo[150], cada cara de la misma tiene su

propia puerta e, incrustado en ella en bajo-rrelieve, un nuevo símbolo, el cual hace referencia al deseo del momento que quiero que me proporcione. Todo en la imaginación, por eso, cualquier símbolo que ya se haya conseguido, se puede cambiar por otro nuevo, y así sucesivamente.
Prosigamos con la relajación.

.....

Ahora voy a contar de **5** a **1** y al llegar al 1, verás ante ti el símbolo de la **buena suerte** que has elegido en ese lugar maravilloso, que alguna vez soñaste, en el que te gustaría estar y en el que vas a encontrar el símbolo deseado... Ahora vas a poder hacer ese viaje... quizás es a una isla paradisíaca, a tum-barte en su playa de aguas cristalinas y gente despreocupada, o al campo, a sentarte en una hamaca a la sombra de los árboles y respirar el aire puro. O al monte, a la sombra de unos pinos...
5... Elige ese lugar ahora...
Alguien te sirve un refresco, quizá te da aire con un gran abanico y está atento a todas tus necesidades. Te sientes como en el paraíso. Lleno de ilusiones, tu vida es un continuo disfrute. Sólo piensas en las cosas maravillosas de que vas a disfrutar a partir de este momento: riqueza, bienestar, salud, alegría, buen humor, amor, felicidad, despreocupaciones, paz...
4... Estás pletórico de vida, la sientes vibrar en tus venas, miras hacia arriba y ves la inmensidad del cielo. Eres poquita cosa en comparación a cuanto te rodea. Pero da igual, porque perteneces a una estirpe de seres, quizás los únicos del Universo hasta donde alcanza tu vista e imaginación, que tiene consciencia.
3... Ahora miras a lo lejos y ves la inmensidad del mar, de las montañas, del campo. Eres un granito de arena... pero como humano, tienes la consciencia que ningún otro ser tiene y, con ella, la capacidad de crear tu realidad.
2... Ahora mira dentro de ti... y ves a un ser maravilloso, único, grande, poderoso, creador del Universo, creador de sí mismo, creador de todo cuanto le rodea.
1... Acabas de crear tu realidad. Delante de ti acaba de erguirse majestuoso tu símbolo de la buena suerte. Lo ves, lo estás viendo. Es precioso, tal como lo imaginaste, todo de oro, con puertas, con símbolos de tus deseos incrustados en ellas. Los estás colocando, los estás viendo... es real... está ahí delante de ti... oyes una melodía preciosa que lo acompaña... te acercas a tocarlo y acariciarlo.... es tu símbolo de la **buena suerte**.

.....

Acabas de entrar en el mundo de la **buena suerte**. Ahora sólo tienes

que pedir tu primer buen deseo –o sea, pensar y visualizar.
• Define, acota, aísla ese deseo de otros. Dale nombre y piensa que esa va a ser la cantidad de dinero (pon una cifra exacta) que deseas, o que así va a ser la casa (cantidad de habitaciones, etc.), el premio, el trabajo, etc., que buscas. No lo cambies en lo sucesivo (mientras te mantengas en ese objetivo), si acaso, añádele pequeños detalles.
Si es dinero, tócalo, cuéntalo o llévalo a tu banco; si es una casa, te paseas por ella todos los días, salir, entrar, dormir, comer, etc., haz como si ya estuvieras viviendo en ella; si es un diploma vas a estar mirando ese diploma todos los días, viéndolo colgado en tu despacho; si es un premio, igual, etc. Inyéctale a ese deseo el sentimiento y la emoción más fuertes que hayas sentido jamás en toda tu vida.
Si estás o has estado fuertemente enamorado alguna vez, quizá sea ese el sentimiento que buscas, copia ese estado sentimental y pégalo al hecho de poseer ese dinero que deseas, esa casa que sueñas, ese título que añoras, ese trabajo al que aspiras... para que sientas la misma intensidad energética; si estás emocionada, porque vas a ser madre, es muy posible que ese estado emocional sea el que buscas, pues cópialo y pégalo a la casa, al trabajo o al deseo buscado, para que te emocione de igual manera.
Cualquier sentimiento o emoción intensos que hayas vivido en el pasado, te vale. Recuerda, no se trata de comparar situaciones o hechos, sino de subir la vibración o energía al nivel más alto, o sea, al que dan los sentimientos y las emociones más fuertes que conozcas o hayas vivido, y aplicar esa energía a lo que quieres lograr en este momento. Espero que entiendas que no estoy comparando la emoción de ser madre con la de tener una casa, por ejemplo. Es el nivel de energía lo que nos vale, aunque habrá quien preferirá tener una casa a un hijo.
Haz que cada vez que pienses en eso que deseas ardientemente, tu cuerpo vibre, es decir, sienta algo intenso, algo que te recorra todo el cuerpo por dentro y por fuera. Tienes que llegar a conseguir lo que se llama: “erizarse el vello” o “ponerse los pelos de punta” o “como escarpias”, “sentir mariposas en el estómago”, “que el corazón te lata desbocado”, “ponerse carne de gallina”, “hervir la sangre”, “notar como culebrillas por dentro del cuerpo”, etc., por la emoción sentida. O sea, una emoción muy intensa (depende de cada uno el grado de la misma, ya que, a ciertas edades, ciertas emociones todavía no se conocen) y a otras, ya se han olvidado, y que cada vez que pienses en tu deseo, a lo largo del día, aunque sólo sea por un breve instante, se te dispare esa emoción incontenible.
En cuanto practiques un poco, te saldrá automático.
Y abrir una de las puertas –o sea, actuar–, para que de ella salga a borbotones aquello que tanto deseas… Te acercas a la primera

puerta... la abres y... posiblemente empiecen a aparecer (sobre todo las primeras veces), delante de ti y corriendo disparadas hacia lo lejos… toda una serie de animales salvajes, alimañas, bichos horribles y asquerosos, quizá hasta humanos deformes...
No te asustes... déjalos que se vayan todos lejos de ti... son tus frustraciones pasadas, tus deseos incolmados, las represiones que has sufrido, las carencias que has padecido, las ideas negativas que te han inculcado, odios, resquemores, sinrazones, opresiones... Puede que incluso hasta violencia física... malos tratos... Y, cuando el último de todos esos seres y sentimientos funestos, haya salido de tu símbolo... sentirás una gran paz dentro de ti... una gran liberación... te sentirás una persona diferente... una persona que se ama tal cual es ahora y va a ser en adelante...
En ese gran momento es cuando... empieza a salir por la puerta abierta de tu símbolo... aquello que estabas deseando y esperando... Si es dinero... montones y montones de billetes salen a borbotones por la puerta... más y más... hasta el punto que tienes que apartarte para no quedar enterrado en ese montón. Te envuelves en ellos, no paran de salir... Sientes, quizá por primera vez en tu vida, esa sensación extraña de ser rico…
¡Cuán poca gente en este mundo, comparativamente, conoce realmente esa sensación...! Ahora tú eres uno de ellos. Sientes que la **buena suerte** se ha apoderado ya de ti y que nunca más te va a abandonar. Después abres otra puerta y sale de allí majestuoso el coche que deseabas poseer, y en la otra, la escritura de la casa en la que soñaste un día vivir... y en la otra, la pareja (si no la tienes) con la que siempre imaginaste vivir... Acéptalo todo. Es tuyo y te lo mereces. Sí, eres merecedor de todo eso. Tienes derecho a ello.

.....

Ahora cargas en tu coche todos los billetes que puedas, te subes en él con tu pareja que te está observando, y te vas a esa nueva casa que soñaste, quizá con una piscina, un jardín, todo tipo de comodidades, una buena cocina, habitaciones confortables... visualiza todas y cada una de las estancias tal y como desearías que fueran... túmbate en la cama... pásate por el baño... conecta y prueba todos los aparatos... prueba los canapés que alguien ha puesto sobre la mesa... ese vinito tan delicioso... esos manjares tan elaborados... Toma posesión de todo.

.....

Siempre podrás volver a visitar tu símbolo de **la buena suerte**. Irás allí a diario... tu copia estará contigo siempre para que no se te olvide... Cuanto más asiduo seas de tu lugar ideal de descanso y visites tu símbolo, más pronto conseguirás tus deseos. Si decaes en tu perseverancia, deberás volver a empezar... todas las veces que haga

falta…

…… (tiempo) ….

Agradece al Universo, la facultad que ha puesto en ti de poder crear tu realidad. Y devuelve al mismo, en sus criaturas, parte de cuanto consigas a partir de ahora.

……

Ahora voy a contar del **1** al **5** y al llegar al 5, abrirás los ojos y te sentirás perfectamente bien, descansado y a gusto. Y así será.

……

1… Ahora vas a hacer el viaje de regreso. Tu mente va a aterrizar junto a tu cuerpo… se une a él y éste empieza a mover los dedos de las manos… los dedos de los pies…
los mismos pies…
2… Poco a poco mueve también las piernas… ya estás en ellas… estíralas… dóblalas…
3… Y ahora mueve los brazos… estíralos… dóblalos…
4… Mueve ya todo el cuerpo… desentumécelo…
Estás en perfecto estado de salud… contento… alegre… sientes que la riqueza, la prosperidad, la abundancia y la **buena suerte** van a ser, a partir de ahora, tus compañeras inseparables.
5… Abre los ojos… Estás bien descansado, en perfecto estado de salud, alegre, contento, feliz y en camino de conseguir tu **buena suerte**.

……

Y ahora –y es lógico– me preguntarás:
– ¿Cuánto tiempo se tarda en ver resultados?
– Pues no lo sé. Depende de tantos factores… tantos cuantos hemos estado viendo hasta llegar aquí. Vete repasándolos uno a uno y mira si en alguno fallas: limpieza de factores mentales que te bloquean, autosabotajes, claridad en los objetivos, potenciación de la bioenergía, pensamientos negativos, creencias falsas, miedos, estímulos, enfoques, visualización, atención, acción…
– ¿Acaso días… meses… años?
– Hay cosas fáciles y tan a mano que se pueden conseguir en días. Algunas simplemente estaban ahí y no las veíamos.
Lo que consigue este método es ponerte en alerta para que las veas y eso puede ocurrir en cuestión de semanas, días o incluso horas.
Otras son de una dificultad media. Todo dependerá también del punto del cual partas. Si partes de la nada más absoluta, te costará más alcanzarlas; pero si estás rodeado de aquello que deseas, pero te sientes incapaz de alcanzarlas, puedes pensar en términos de meses, los que tardes en convencerte de verdad que sí puedes.

Y si tus propósitos son de cierta envergadura, deberás prepararte para un tiempo mucho más largo, quizás años. Recuerda lo que John Assaraf cuenta en *El Secreto,* de su nueva casa: ni siquiera se acordaba ya de su tablero de visión, guardado en una caja sin abrir todavía justo enfrente de él, en donde se había sentado su hijo en ese momento, lo que le hizo caer en la cuenta de que se había cumplido su sueño: la casa de sus sueños, la de su tablero de visión, era exactamente la que estaba habitando ya.

……

Lo que ocurra pues dependerá de ti, solo de ti. Pero si decaes en tu empeño… o piensas que las cosas tienen que ocurrir por un chasquido de dedos, simplemente no ocurrirá nada.

……

Y ahora, un pequeño detalle: si has leído con cierta atención todo este libro, sin saltarte ninguna línea, habrás observado que las dos palabras **buena suerte** las he repetido y remarcado más de 100 veces. Espero que sean suficientes para que en tu mente se hayan quedado grabadas a fuego, y tus neuronas empiecen ya a vibrar a su frecuencia, para traértela pronto junto con aquello que más desees en tu vida, así como en lo que hayas estado soñando durante todo el tiempo que me has estado leyendo.

6. DESEAR Y PEDIR BUENA SUERTE PARA OTROS

Se puede hacer de la misma manera que hemos visto, enfocando nuestro pensamiento y vibración junto con los deseos pensados, hacia las personas que queramos favorecer, envolviéndolo todo en una especie de globo que soplaremos hacia ellas.

Capítulo X

Hacia una ética de la riqueza

¿Para que queremos una ética de la riqueza?
La ética no es más que un parapeto, una malla, un corsé que se lleva escondido dentro de uno mismo, y que sirve para embridar al ser humano, el cual es de tal naturaleza que si no la posee en sus actuaciones, como se ha visto a lo largo de la historia y se ve a diario –se mire adonde se mire–, es capaz de las peores aberraciones y, lo que es aún peor, muchas veces aceptadas socialmente.
O pueblos famélicos amenazando con bombas terroríficas a sus

vecinos más ricos; pederastas consumados, con turbante o sin él, "llevando al altar" a niñas ablacionadas de 10 años; mujeres detrás del machito como perros falderos, o tiradas por la ventana, degolladas..., campos de exterminio brutal de semejantes; guerras y niños por doquier empuñando armas y matando a otros niños; hambrunas que se podrían solucionar pero no se quiere; robos, latrocinios, pillaje... de quienes, estando en el poder, porque lo detentan inicuamente por la fuerza o por el engaño a las masas y, prometiendo crear riqueza y bienestar, las destruyen y aniquilan.

Millones de seres humanos sojuzgados en sus más elementales derechos, rapiñas en cualquier clase de catástrofe, egoísmo sin fin... es la otra cara del poder... y de la mente.

El dinero, al igual que el poder, también tiene su otra cara. Demasiado hay en manos de demasiada gentuza. Todos sabemos de sobra lo que este puede hacer de indecente, allá donde se lo proponga. Sin embargo en este tema hay una palabra mágica que lo define, es la de capital o capitalismo. Según sea uno políticamente de derechas o de izquierdas, esta palabra tendrá un significado u otro. Si se es de derechas, esta palabra significará tanto como riquezas. Si se es de izquierdas, explotación, y si se es ecologista, destrucción.

¿Es que no hay ricos en las izquierdas y pobres en las derechas? Parece que por definición hay más dinero en manos de las derechas que en las de la izquierdas. Pero eso son flatulencias políticas. Cuando uno de izquierdas toca poder, puede ir a ver un concierto lejano en un avión Falcon, cosa que no podría hacer sin ese poder; la derecha hace cosas parecidas. Son todos iguales, aunque unos más iguales que otros, según, suene la música.

Si las derechas se solazan en el capital, las izquierdas lo hacen prometiendo lo mismo con los que no tienen capital, cosa que al final jamás se cumple. Y yo me pregunto: ¿hay alguna sociedad que no necesite del capital para crear riqueza? Efectivamente, la paleolítica no lo necesitaba. Y por otro lado: ¿es perverso todo el capitalismo? A las pruebas me remito. No, el capitalismo en sí es neutro, son las personas que lo manejan, las perversas. Y son ellas las que nos pueden llevar a la extinción... –y esto ya va por todos, capitalistas y consumidores– por la depredación del medio ambiente, por la aniquilación de las especies, por el consumo desaforado, por la rapiña enloquecida por cuanto sea utilizable para algo o contra algo o alguien. El capital no tiene la culpa, es inocente y necesario, lo tengan las derechas o las izquierdas, el Estado o el Pueblo. Pero ¿lo es acaso, para vivir dignamente y felices, tanto que no importe por ello que arruinemos el planeta para las generaciones futuras, todo por salir un fin de semana sí y otro también, a quemar un petróleo que les hemos quitado a unos pobres famélicos que ni se enteran, y cuyos gobiernos

corruptos amasan fortunas inmensas a su costa?
Y ya ni hablemos de otros bienes como la perca del Nilo[151], el coltán[152], los diamantes, el oro, etc.
Y si hablamos del dinero conseguido con las armas, las drogas, legales o no, la prostitución... es tremenda la otra cara del dinero.
Bien, amigo mío, yo creo que tú eres una buena persona y que si estás aquí leyéndome es porque, aparte de que necesitas solventar tus problemas económicos personales, además de los de tu familia, más los que puedan venir luego y luego, etc., a buen seguro que te ronda por la cabeza hacer algo por gente que ni conoces. Sabes de sobra cómo es y está el mundo y que esto no lo arregla nadie. Te digo una cosa: en este planeta, la naturaleza y la vida son tremendamente injustas. Mejor dicho, las hacenos injustas con el comportamiento humano.
Terriblemente injustas por sí mismas, no. Pero, a su manera, jamás perdonan a nada ni a nadie. ¿Lo has pensado alguna vez? En la naturaleza el más fuerte despedaza despiadadamente al más débil e indefenso y hasta se lo come. En compensación, este se reproduce más rápidamente, pero ¿para qué? Para lo mismo. No parece haber alternativas. A la vida le pasa lo mismo, no comas y te mueres sin excusa ni piedad alguna. No te laves y la roña te corroe, no defeques y revientas, no duermas y no eres nadie, no te abrigues y te congelas, no te muevas y te pudres, si no eres rico, no trabajes y verás, no controles tus bienes y dineros y acabarás entre cartones... y ahora además, si no te mueves por Internet o no tienes telefonito móvil o “papeles”, estás muerto, no existes.
Eso es lo que hay. Es la Ley. Encima, si sigues a Darwin, no eres más que una mala bestia, y si no lo sigues, cuanto menos eres un desnortado. De modo que le quitas la ética a un ser humano, y a poco que te descuides o te des la vuelta, o aun peor, en una guerra, una catástrofe o una desgracia ajena, etc., imagínate que le sale el depredador que lleva dentro un humano uniformado y lo que es capaz de hacer. E imagínate si encima es rico y además malo-malo, lo que puede hacer con esa riqueza.
Demasiada riqueza hay pues ya en manos de gentuza. Generalmente es riqueza adquirida no por propio esfuerzo, sino heredada y sin mérito alguno; cuando no, depredada, robada, expoliada o adquirida por medios ilícitos o criminales y aprovechándose de la debilidad y necesidad de otros seres humanos, que se ven privados hasta de su propia dignidad como tales humanos. No esperes que esa riqueza contribuya a paliar otra miseria humana que no sea la suya propia como humano, y ni eso. Es posible que tenga incluso fundaciones de ayuda a lo que sea, pero lo más probable es que sea tapadera de un pudridero, el de su propia vida.

Si el tan conocido aforismo de Lord Acton (1834-1902): “El poder tiende a corromper, y el absoluto corrompe absolutamente”[153] es cierto –y no hay más que mirar a cualquier lado en que se ejercite el poder, para comprobar que sí lo es–, del dinero se podría decir otro tanto, si no más.
¿Es pues o no, necesaria una ética de la riqueza?
Entonces, al menos, tenla para que el dinero, por favor, no te corrompa, y menos, absolutamente.
Nos vendría bien aquí para terminar, aquel cuento de la antigua China que quizá ya conozcas y que es muy ilustrativo sobre cuanto llevamos dicho y aprendido hasta ahora.
Helo aquí:

> Un campesino pobre llamado Wang, que apenas podía alimentar a su familia, encontró un día una gran tinaja vacía y la llevó a su casa.
> Mientras la limpiaba, se le cayó dentro de la tinaja el cepillo con que la estaba limpiando. La tinaja de pronto se llenó de cepillos y más cepillos y, por cada uno que sacaba Wang, otro surgía mágicamente de su interior.
> Así pues, la familia Wang vivió de vender cepillos en el mercado durante unos cuantos meses, mejorando su economía y su vida.
> Un día, mientras sacaba cepillos de la tinaja, a Wang se le cayó una moneda del bolsillo y entonces la tinaja se llenó de monedas y más monedas, que se reproducían y multiplicaban a medida que Wang las sacaba a manos llenas. La familia Wang se convirtió así en la más rica de la aldea y, tantas eran las monedas que producía la tinaja y tantas las ocupaciones de la familia, que los Wang encargaron al abuelo, ya inservible para otra cosa, la tarea de sacarlas con una pala y acumularlas en un rincón, montañas y montañas de oro que aumentaban y se renovaban a un ritmo frenético. Durante algunos meses más, la familia Wang fue feliz. Pero el abuelo era viejo y débil y un día, inclinándose sobre la tinaja, sufrió un desmayo, cayó en su interior y allí murió. Entonces la tinaja se empezó a llenar de abuelos muertos: cadáveres y más cadáveres que había que sacar y enterrar, apareciendo en el fondo inagotable de la tinaja. Así, la familia Wang empleó todo su dinero y todo el resto de su vida en enterrar un millón de veces al abuelo muerto.

Nadie debería llegar a rico sin enriquecer
al mismo tiempo a otros.
Quien muere rico así, muere desgraciado.
ANDREW CARNEGIE

Espero que al menos te haya gustado haberme leído, y hayas pasado unos buenos ratos haciéndolo, aunque luego no hagas nada de lo que te digo.
Quizá hayas aprendido algo nuevo, de lo cual me alegraría, pero más me alegraría saber que estás haciendo algo más que leer y que vas consiguiendo lo que te propones.
Sepas, de todos modos, que todo este trabajo que me he tomado y todos los recursos que he empleado para conseguir escribir este libro, no lo he hecho por mí, sino por ti, y que si lo tuviera que hacer de

nuevo ahora, quizá me lo pensaría mucho más.

¡Aprovéchalo pues, ya que lo tienes en las manos!

* * *

EN DEFINITIVA

El término 'suerte' suele tener un significado unívoco. Pero realmente podemos encontrarnos con otros, incluso con ambivalencias y ambigüedades. Los diccionarios traen diversos, entre ellos el de 'azar'. Pero este no lo tratamos aquí, ya que lo consideramos como de 'mala suerte', porque lo es el que unos pocos ganen lo que otros muchos pierden; o que la alegría de unos sea la tristeza de otros, como en los juegos de competición.

Hay también una 'suerte ambigua', que es la del que entra en los juegos o loterías que existen para beneficiar a determinados colectivos, como ciegos, minusválidos, etc.

Es una 'mala suerte' también para algunos, los que pierden, porque alguien se lleva lo que los demás se dejan. Pero tiene la ambigüedad positiva de contribuir a un fin benéfico.

Finalmente y lo que aquí más nos interesa es la 'buena suerte', la de verdad, la que se labra uno mismo y no solo para ganar dinero, sino más que nada para conseguir cualquier otro objetivo honrado y positivo que uno se proponga y desee alcanzar.

Para explicar todo esto, hemos estudiado las opiniones de más de medio centenar de personajes, la mayoría conocidos por todos, que nos explican cómo hicieron para conseguir sus objetivos y, la mayoría de ellos, sus fortunas. Aquí dejamos constancia de sus métodos, consejos, pasos a seguir y todo cuanto tuvieron en cuenta para alcanzar la cumbre, desde los más modestos hasta los más ricos del mundo.

Estás en deuda con el Universo

Y recuerda...
Cuando consigas abrir las puertas de la
riqueza, el problema puede que sea
el de no poderlas cerrar.

Quien mantiene constantemente en su
interior imágenes grandes y llenas
de abundancia y éxitos, eso
es lo que encontrará
en su vida.

Llegado a este punto final, me gustaría recordarte
una cita de Cicerón:

El corazón del hombre es el que debe
hacerse rico, no sus arcas[154]

Y

AHORA
RECUERDA
QUE TIENES QUE
CONTROLAR TUS PALABRAS
Y TAMBIÉN TUS PENSAMIENTOS, QUE
TIENEN QUE VIBRAR Y RESONAR,
PUES DE ELLOS DEPENDE TU
BUENA SUERTE
Y TAMBIÉN CONTROLA MUY BIEN TUS
EMOCIONES
QUE SON LAS QUE TE TIENEN QUE
INDICAR EL CAMINO.
PERO ACTÚA YA QUE TODO ES VANO
SIN ACCIÓN.
ESTOS SON Y NO OTROS LOS
SECRETOS Y LAS CLAVES DE LA
BUENA SUERTE
QUE ESPERAS Y YO TE DESEO
DE TODO CORAZÓN.
GRACIAS Y MUY
BUENA SUERTE

BIBLIOGRAFÍA

Aquí te presento la bibliografía aproximada que me parece que te puede interesar, si deseas profundizar en algún que otro aspecto. No es toda la que he manejado, la cual se aproxima al millar de libros, pero sí es suficiente para que tengas una visión global de cuanto he dicho hasta aquí. Cuando yo me puse a practicar la ley de la atracción, es decir, a buscar y tentar a mi secreto de la **buena suerte**, que me iba a aportar lo que nunca imaginé, no había leído ni el 1% de cuanto leí después de que ya estaba en marcha mi plan para conseguirlo. Todo cuanto fui leyendo me iba confirmando en mi camino a seguir, y el tiempo me dio la razón.

¿Te estoy insinuando que no necesitas esta bibliografía para nada? No exactamente. Cualquiera de estos libros te podrá ayudar a ti también y si puedes ver películas y vídeos sobre la ley de la atracción, tanto mejor. En Internet los hay en abundancia. Quizá ni siquiera deseas seguir mi método, sino cualquiera de los que te expongo más arriba. Si te resulta más fácil y te funciona, ¡qué más daría que el gato fuera blanco o negro, el caso sería que cazara ratones!

En cualquier caso, considero imprescindible que veas la película de Rhonda Byrne *El Secreto,* o leas su libro. Luego te aconsejaría que

leyeras alguno de Wattles, un pionero. Y, seguidamente, cualquiera de Esther y Jerry Hicks, *El libro de Sara* estoy seguro de que te gustará. No dejes de leer el de Brian Sher y el de Helena Hadsell, o los de David C. Gikandi y los de Lichtman, tampoco dejes de leer a T. Harv Eker. Todos ellos imprescindibles, al igual que los de Napoleon Hill y Anthony Robbins. No te arrepentirás. Y ya, para terminar, no dejes de leer el clásico *El hombre más rico de Babilonia,* de Georg S. Clason, que te aseguro te encantará enormemente.

Debo añadir que mucho del material que expongo aquí procede de mi propia biblioteca física y digital que he ido acumulando a lo largo de mucho tiempo.

Igualmente me he pasado muchas horas leyendo libros de la biblioteca Luis Martín Santos, próxima a mi domicilio (muy surtida por cierto y todos los libros a mano), igualmente mucha información procede de la Wikipedia de Internet y de la propia Red. He gastado mucho dinero en libros, en cursos y cursillos, conferencias, etc., para ilustrarme. Debo confesar que algunos me han querido vender escobas rotas, y otros incluso lo han conseguido.

Algunos buscan su **buena suerte** en la trampa y el engaño. Pues eso es lo que van a tener. Quiero destacar aquí un caso concreto. Hay una editorial que vende un paquete de libros digitales con el pomposo título de *El Secreto de la riqueza absoluta*, y se inventa una peregrina historia de una abuela argentina que guardaba unos libros secretos y bla, bla, bla. El caso es que no existe tal libro, sino otros que igual ya los tienes y no necesitabas comprarlos de nuevo. Nunca te devuelven el dinero, ni te contestan siquiera.

Siento no indicar más datos de cada libro; es una tarea engorrosa que no estoy dispuesto a hacer. Gracias por haber llegado hasta aquí. Y si yo fuera poeta, diría algo así:

¡Esta sí que es Ley! Un día he de morir,
y mis cenizas se esparcirán volando,
pero adonde sea que las lleven los vientos,
con ellas han de ir también mis pensamientos,
que, cuando encuentren a alguien esperando,
yo volveré a vivir,
¡porque volveré a nacer!

1. KAUFMAN, MICHAEL — Asumiendo el éxito
254. ABRAHAM, ROBERT — La vida de un millonario mesiánico
2. KEYSERLING, ARNOLD — Segreti della Qabala
255. ALKMIM, ZAYDAN — Psicología, cerebro y mente
3. KILPATRICK, ANDREW — Cómo usar la magia para atraer riquezas
256. ALLEN, JAMES — Of permanent value
4. KINSLOW, FRANK — Above life's turmoil
257. El secreto de la sanación cuántica — As a man thinketh
258. La curación cuántica — Byways of blessedness The mastery of destiny
7. KIYOSAKI, ROBERT — The path to prosperity
259. ALLEN, ROBERT G. — Padre rico, padre pobre
260. Creating your own future how to master the — La mejor de padre rico
261. Nino rico, niño listo — 12 critical factors of unlimited success
262. ALONSO PUIG, MARIO — Los secretos de la riqueza
10. Multiple streams — Despierta tu genio financiero
11. El cuadrante del flujo del dinero — Vivir es un asunto urgente
265. ÁLVAREZ, CARLOS J. — Gracias, cerebro
12. Guía para invertir — La psicología en los paradojas de la riqueza
266. AMAT, JOAQUÍN — El tiempo de las ratas
13. Retírate joven y rico — Cáncer: Deseo que la humanidad padezca aún cáncer yo
KOROTKOV, KONSTANTIN
269. ANDUIX, VÍCTOR MANUEL — Aura y conciencia
14. KOSTOLANY, ANDRÉ — Todo lo que sé de los cuentos
270. El fin de la depresión — Curso de la bolsa del dinero y de la bolsa (inédito)
16. LÁSZLÓ, ERVIN — Cuaderno de caligrafía terapéutica
271. La ciencia y el campo akásico — Curso de Radiestesia Científica (con Ricardo Cardillo)
18. Escritura y salud (con Lledó) — integral de todo
19. LAGRUTTA, ALDO — Aprende a sanar con una lengua
272. Fracturas lingüísticas — Perdonar
21. LEADBEATER, C.W. — Palabras que no matar
273. ANODEA, JUDITH — Poder del pensamiento
22. LEVY, NORBERTO — The Chakras
274. ANÓNIMO — La sabiduría de las emociones
23. LICHTMAN, STUART — Kybalión
275. ANÓNIMO — Numeric transposition
276. Cómo conseguir todo lo que desees — El manuscrito de los siete poderes
277. ANÓNIMO — El secreto que te dará el dinero que deseas
278. La sabiduría del antiguo Egipto — The business plan to make success
279. ANTONINI, CELIA — Three secrets for making large sums of
26. money — Amo y esclavo de tus pensamientos
AOKI, ALEXANDER — LOYD, MICHAEL
280. Código de curación — Diagnóstico en la vida
APATON, BRUNO — LOYOLA, IGNACIO DE
281. Biología de la creencia — Historia clara de la Medicina
282. Biología de la transformación — Más historia de la Medicina
ARRANZ, MIKE — LUMBRERAS ZETA, MANUEL
283. Conversations with millionaires — Cómo se construye el átomo al cosmos
ASSAGIOLI, ROBERTO — LOVALLO, DONALD
284. El acto de la voluntad — Elimina los virus mentales con PNL
BACH, CAROL — MACHADO, SARÁH
285. Aprende a usar la intuición — El lenguaje de la curación EFT
BAGWELL, BARRY — MACKENSIE, ROGER
286. The art of success — Relationship of an american capitalist
BAILEY, ALICE — MANCINI, CATHERINE
287. Setting the street — Beating the street
288. BANDLER, RICHARD — Beating the street – Highlights one
35. up on Wall Street (chinesisch) — PNL, la magia en acción
BANDLER, RICHARD & JOHN GRINDER — MANLEY, MICHAEL
289. La estructura de la magia — Psico-cibernética
BAXTER, CLEVE — MARSTER, JOHN
290. Evidence of primary perception in plants life — El vuelo positivo del fracaso
BAIGUI, MICHAEL — MCGUINNESS, BILL
291. Life Skills – Power of motivation – — Cash Skills
39. MEE, CLIFFORD — How to succeed in all circumstances
292. BARROW, JOHN DAVID — The one, known secrets of the rich…
40. MEHRABIAN, ALBERT — Tracking to all
293. The Anthropic Cosmological Principle
294. BAUDOUIN, BERNARD — Los secretos de los ricos
42. MERCAY, WILLIAM — La clave de la intuición
295. BASS, THOMAS A. — El sabio de la Libre
43. MERLE, SOPHIE — The eudaemonic pie

294. EFT: psicología energética / The predictors on Wall Street
MURPHY, TED / BENEDETTO, ANTHONY DE
295. Las leyes de Murphy / Identifying the key success factor in new product
MARTITEGUI, JUAN
296. BESANT, ANNIE — Curso sobre la ley de la atracción
46. MCTAGGART, LYNNE — El poder del pensamiento
299. BLAY, ANTONIO — El Campo (Punto Cero)
300. El experimento de la intención / Personalidad y niveles superiores de conciencia
301. BLOCH, ARTHUR — What doctors don't tell you
48. MIGLIETTI, ROBERTO — La ley de Murphy
302. BOG, VICTOR — Gambling: El azar en la ciencia
49. MOALEM, SHARON — Cómo resolver para siempre sus problemas de dinero
303. La ley del más débil / El potencial del pensamiento positivo
BOHM, DAVID / MORA, FRANCISCO
304. La totalidad y el Orden Implicado / Cómo funciona el cerebro
305. El futuro de la humanidad / El científico
306. El reloj de la sabiduría / Ending of time
54. MUGA, JUAN — Quantum Theory
307. BONELL, GWENN — Física cuántica en la vida diaria
55. MULFORD, PRENTICE — O caminho secreto para a abundância
308. BLANCHARD, KENNETH & SPENCER JOHNSON — Nuestros poderes ... el mejor de los ...
309. The eighth wonder / El gatuno ... ahora e instante
BLUM, BRUCE ROSEN / MURPHY, JOSEPH
310. Abracadabra / El mágico poder extrasensorial
311. BONO, EDWARD DE — Cómo atraer el dinero
312. El código de la dinámica mental / Creativity / The six value medals
313. BRADEN, GREGG — El poder de la mente subconsciente
314. Tácticas ... de la oración / ADN y terapéuticas
60. MYERS, DAVID G. — Efectos ...
315. El poder de la ... Intuición, poder y peligro del sexto sentido
62. NAPARSTEK, BELLERUTH — La ... de los ...
316. Tu sexto sentido / La matriz divina
BRAUSSMAN, GREGG / NEUSNER, HENRY & JOSEPH POLANSKY
317. Piensa ... la vergüenza que te ata / Cuadrado power
BRIGGS, JOHN Y F. DAVID PEAT / NETO, ...
318. Inteligencia emocional / Siete leyes del caos
BRUCE, ROBERT / NELSON, BRADLEY
319. El código de las emociones / Nuevas formas de energía (N.E.W.)
BUFFETT, MARY & DAVID CLARK / OUTFEILD, ...
320. El poder del dinero / Buffettology
68. OHRT, ANDREAS — El Tao de Buffett
321. Money mentals secrets of the millionaire / Fundamentals of Managerial Economics masters
BURGESS, WARREN E. / OUFF, ...
322. The real Warren Buffett / El lenguaje ...
BRNSTEIN, PETER / ORNSTEIN, ROBERT & DAVID SOBEL
323. El cerebro que cura / El Secreto ...
BYRNE, RHONDA / ORTEGA, ARMANDO
324. 500 formas de ganar dinero / El poder
325. El secreto / La enciclopedia de la riqueza
326. CANFIELD, JACK — ... el éxito y la riqueza
74. PAPUS — GERARD ENCAUSSE — Los secretos de la ley de la atracción
327. El tratado de ... Magia / Key to living the law of attraction
76. PEALE, NORMAN VINCENT — Las principios del éxito
328. Sopa de pollo para el alma (con Hansen) / Actitudes para ...
329. El poder del pensamiento positivo / The power of focus
330. CAPRA, FRITJOF — How to have a good day every day
79. PEARL, ERIC — El punto crucial
331. La reconexión / El Tao de la física
CASSIDY, DAVID C. / PEAT, ...
332. Historia de la física cuántica / Meditación
333. CHARDIN, GABRIEL — Sincronicidad
82. PENFIELD, WILDER — ¿Podemos viajar en el tiempo?
334. CHANGEUX, JEAN-PIERRE — El misterio de la mente
83. PONDER, CATHERINE — El hombre neuronal
335. Affirmations — Prosperidad (con Prosperity) / Las leyes dinámicas de la prosperidad
336. CHOPRA, DEEPAK — Open your mind to receive
337. The ... / El camino de la abundancia / success formula
338. The miracle of love / La curación cuántica
339. The seven laws of spiritual success / Las siete leyes espirituales del éxito
88. POPPER, KARL — El yo y su cerebro
340. OLASON, GEORGE S. — Tu yo y su cerebro

89. El hombre más rico de Babilonia

COLLINGE, WILLIAM

90. Las energías sutiles

CONNELLAN, TOM

91. Las 7 claves del éxito de Disney

CARNEGIE, ANDREW

92. Autobiografía

CARNEGIE, DALE

93. Cómo ganar amigos e influir en la gente

COELHO, PAULO

94. El Alquimista

CENTOLLO RAMÍREZ, LUIS

[illegible]

CHALMERS, DAVID

[illegible]

COUÉ, EMILE

[illegible]

CRAIG, GARY

[illegible]

CRUZ, CAMILO

[illegible]

DAMASIO, ANTONIO

[illegible]

DARWIN, CHARLES

[illegible]

DE MARTINI, DR. JOHN

[illegible]

DENNING, PHILLIPS & MELITA

[illegible]

DE LA ROSA, RAÚL

[illegible]

DESCARTES, RENÉ

[illegible]

DONG KIU, HAN

[illegible]

DOYLE, BOB

[illegible]

341. La filosofía de la ciencia

342. La lógica de la investigación científica

PRIBRAM, KARL

343. [illegible] Consciousness

344. El paradigma holográfico

345. Los lenguajes del cerebro

PROCTOR, BOB

346. Usted nació rico

[illegible]

PUNSET, EDUARD

[illegible]

RADIN, DEAN I.

[illegible] The Conscious Universe

RAMACHANDRAN, VILAYANUR S.

[illegible]

RAMTHA

[illegible]

RANDI, JAMES

[illegible]

REYES MENDOZA, OLIVIA

[illegible]

REICH, WILHELM

[illegible]

REKENSIK, CARLOS

[illegible]

RIBEIRO, LAIR

[illegible]

RIDLEY, MATT

[illegible]

ROBBINS, ANTHONY

[illegible]

RODRÍGUEZ DE LA TORRE, MARTA E.

[illegible]

RODRÍGUEZ DELGADO, JOSÉ M.

[illegible] El control físico de la mente

[illegible]

SALVADOR, GREGORIO

[illegible] Historia de las letras

SATINOVER, JEFFREY

[illegible] Cracking the Bible Code

SCHAROVSKY, ARMANDO

[illegible] Curso práctico para hacer hipnosis

SCHULTZ, J. H.

[illegible] El entrenamiento autógeno

SCOVEL SHINN, FLORENCE

[illegible] El juego de la vida y cómo jugarlo

[illegible]
385. *La ley de la Atracción*
[illegible]
386. *[illegible]*
SCHROEDER, ALICE
388. *The snowball: Warren Buffett and the business of life*
SERVAN-SCHREIBER, DAVID
390. *Curación emocional (EMDR)*
SÉVIGNY, DANIEL
392. *Las claves de El Secreto*
SHAPIRO, DEBBIE
394. *Cuerpo y mente – La conexión curativa*
SHAPIRO, FRANCINE
[illegible]. *Desensitization and Reprocessing*
396. *EMDR – Eye Movement*
SHARMA, ROBIN
[illegible]. *El monje que vendió su Ferrari*
398. *Megaliving!*
SHELDRAKE, RUPERT
399. *Una nueva ciencia de la vida*
SHER, BRIAN
401. *Lo que los ricos saben [illegible] explican*
SHERMER, MICHAEL
[illegible]. *The skeptic encyclopedia of pseudoscience*
403. *Why people believe weird things*
SIMMONS, MICHAEL
[illegible]. *The student success manifesto –The Guide to creating a life of passion and purpose*
STANLEY, THOMAS J.
[illegible]. *El millonario de al lado*
407. *[illegible] millonario*
[illegible]. *Stop acting rich*
408. *The millionaire mind*
[illegible]. *The millionaire next door*
SILVA, JOSÉ (Y LAURA SILVA)
410. *Cómo [illegible] el hemisferio derecho*
411. *El Método Silva de control mental*
[illegible]. *El Método Silva para obtener ayuda del otro lado*
412. *Silva Ultramind*
[illegible]
413. *Warren Buffett step by step: an investor's [illegible]*
SLATER, ROBERT
414. *[illegible]*
[illegible]. *Soros, la vida, los momentos y los secretos*
SMITH, ADAM
[illegible]. *Los poderes de la mente*
SOROS, GEORGE
[illegible]. *The alchemy of finance*
SOUKI, DR. OMÁN
[illegible]. *Riqueza infinita*
SPERRY, ROGER WOLCOTT
[illegible]. Cerebral organization and behavior
STEARN, JESS
[illegible]. *El poder del pensamiento alfa*
STONE, ROBERT B.
420. *La magia del poder psicotrónico*
421. *Vida sin límites*
[illegible]
422. *El potencial del pensamiento positivo*
TALBOT, MICHAEL
[illegible]. *The holographic universe*
TALEB, NASSIM NICHOLAS
[illegible]. *¿Existe la suerte?*
425. *El cisne negro*
[illegible]. *Confundido por el azar*
TEMPLAR, RICHARD
427. *The rules of Wealth – A personal code for prosperity*
[illegible]. *The rules of work – A guide to personal success*
THUNDOP, TOLKU

DWOSKIN, HALE
135. *El método Sedona*
DYER, WAYNE W.
136. *Change Your Thoughts - Change Your Life*
137. *Construye tu destino*
138. *Diez secretos para el éxito y la paz interior*
139. *[illegible]*
140. *El poder de la intención*
141. *Hay una solución espiritual a cada problema*
142. *[illegible]*
143. *Tu yo sagrado*
144. *Tus zonas erróneas*
145. *Tus zonas mágicas*
ECO, UMBERTO
146. *El mago y el científico*
147. *El péndulo de Foucault*
EINSTEIN, PATRICIA
148. *El poder de la intuición*
EKER, T. HARV
149. *Habits of success*
150. *[illegible] Principles For Success*
151. *Los secretos de la mente millonaria*
152. *Speed Wealth*
EKMAN, PAUL
153. *Emotions in the human face*
154. *Emotions revealed*
EMOTO, MASARU
155. *El agua, espejo de [illegible] palabras*
156. *Los mensajes del agua*
EPSTEIN, GERALD
157. *Visualización curativa*
ESCUDERO, DR. ÁNGEL
158. *Curación por el pensamiento – Noesiterapia*
ESTULIN, DANIEL
159. *[illegible]*
160. *Los secretos del Club Bilderberg*
161. *La verdadera historia del Club Bilderberg*
ESTUPINYÀ, PERE
162. *El ladrón de cerebros*
[illegible]
163. *[illegible]*
FECHNER, GUSTAV THEODOR
164. *Elementos de Psicofísica*
FISHER, MARK
165. *[illegible] la diferencia: El Secreto de la prosperidad*
FISHER, PHILIP
166. *Common stocks and uncommon profits*
FITZGERALD, JOHN L.
167. *7 steps to accelerated wealth*
FRANK R. YOUNG
168. *[illegible] (Las leyes de la domin. Mental)*
FREEMAN, MARTIN
169. *El libro de la abundancia*
GAONA, JOSÉ MIGUEL
170. *Endorfinas, las hormonas de la felicidad*
GARCÍA-MATILLA, EDUARDO
171. *Subliminal: escrito en nuestro cerebro*
GARDNER, HOWARD
172. *Arte, mente y cerebro*
173. *Mentes creativas*
GARDNER, MARTIN
174. *¿Tenía Adán ombligo?*
GATES, BILL (RICARDO STAGLIANO)
175. *The road ahead – El camino adelante*
GAWAIN, SHAKTI
176. *Visualización creativa*
177. *Desarrollo de la intuición*
178. *Vivir en la luz*
GEBAUER, DR. GABRIEL HERNÁN
179. *Una nueva teoría acerca de las "diluciones homeopáticas"*

429. **GERMER, CHRISTOPHER K.** *El poder curativo de la mente*
180. **TOLLE, MARK** *El poder del Mindfulness*
430. **GERULA, LUIS** *Investment: The secrets of Soros & Buffett*
181. **TIERNO, BERNABÉ** *Riqueza integral*
431. **GIKANDI, DAVID CAMERON** *Poderosamente*
182. **TOFFLER, ALVIN** *Un feliz bolsillo lleno de dinero*
432. **GLADWELL, MALCOM** *La revolución de la riqueza*
183. **TOLLE, ECKHART** *Inteligencia intuitiva*
433. **GOSWAMI, AMIT** *El Poder del Ahora*
434. *La física del alma* / *El universo autoconsciente*
435. *A potência do Poder de Agora* / *La física de la inmortalidad*
186. **TORÁN, FÉLIX** *El universo autoconsciente*
437. *Evolución creativa* / *La respuesta del Universo*
188. **TRACY, BRIAN** *The conscious media work*
437. **GODEFROY, CHRISTIAN** *El camino hacia la riqueza*
438. *Hacia donde vas en tu manera* / *Clientes que vienen*
439. *Metas* / *El poder del pensamiento positivo*
191. **TRAIN, JOHN** *Las técnicas del pensamiento positivo*
440. **GOLEMAN, DANIEL** *The Midas touch*
441. *Emociones destructivas* / *The money masters*
442. *Inteligencia emocional* / *Money Masters of our time*
GONZÁLEZ DE ARRIBAS, IGNACIO (FÉNIX) / **TREVISANI, DAURO**
443. *El poder ilimitado de la mente* / *El poder del talento*
194. **TRÍAS DE BES, FERNANDO & ÁLEX ROVIRA**
GORDILLO NARANJO, RAFAEL
444. *Los códigos del Universo* / *La buena suerte*
GRAHAM, BENJAMIN / **TRUMP, DONALD**
445. *El inversor inteligente* / *Think big and kick ass in business and life*
446. *Think like a billionaire*
447. **GRANT, JAMES** *Think big and kick ass in business and life*
448. *Why we want you to be rich* / *Bernard Baruch, the adventures of a Wall Street legend*
GRATTON, JULIO / **VITALE, JOE**
449. *Introducción a la Física Cuántica* / *Attract money now*
450. **GRAU, JOAQUÍN** *Beyond the attractor factor*
451. *El gran poder de la gratitud* / *Fórmula práctica de Anatheóresis*
452. *Mi espejo y yo* / *Greatest money making secret in History*
453. **GRAY, JOHN** *How to make a million dollars*
454. *Hypnotic Marketing* / *El espíritu emprendedor y la vida wired*
455. *Marketing secrets* / *Los hombres son de Marte y las mujeres de Venus*
456. **GREENBLATT, JOEL** *El Marketing espiritual*
457. *Money beyond belief* / *You can be a Stock Market genius*
458. *El sistema para atraer la abundancia* / *Los secretos de la abundancia*
459. **GREENFIELD, SUSAN** *The ultimate Internet Marketing secrets*
460. *The attractor factor* / *Tu cerebro*
461. **GRINDER, JOHN** *The secret of Napoleon Hill*
462. *Zero limits: Ho'oponopono* / *PNL: Trans-formaciones*
WALLACE, WALDO / WALLACE, JOHN / WALLACE, STANISLAO RUSSEL
463. *Man's place in the World* / *Manipulación*
WATTLES, WALLACE DELOIS / **HAANEL, CHARLES**
464. *How to be a genius* / *A book about you*
465. *Amazing secrets of the yogi* / *La ciencia de hacerse rico*
466. *La legge di attrazione* / *La llave maestra*
467. *The science of being great* / *The science of getting rich*
468. *Mental Chemistry* / *The new Psychology*
HADDSELL, HELENA / **WEINSTEIN, STAN**
469. *Los secretos de ganar dinero en los mercados* / *El juego de decidir y declararlo*
HAMEROFF, STUART & ROGER PENROSE / **WHITE, JOHN**
470. *Conciousness* / *El principio cosmológico antrópico*
471. **HAWKING, STEPHEN** *Un viaje por la gravedad y espacio-tiempo*
217. **WILSON, DONALD** *El principio antrópico*
472. *El universo en una cáscara de nuez* / *El poder total de la mente*
219. **YOUNGSON, ROBERT** *Historia del tiempo*
473. **HAMILTON, DAVID** *Aprendiendo de los errores de la ciencia*
220. *Lo que cuenta es el pensamiento*
HAGSTROM, ROBERT / **ZANGERONI, ROBERTO**
474. *The Warren Buffett Way* / *Las émocores* 221. *Les énergies subtiles*
HANSEN, MARK VICTOR & R. G. ALLEN / **ZÁRATE, ANTONIO**
475. *Cracking the Millionaire Code* / *Mandatos de la vida*
HARLAN, ZIGAUS / **ZIGLAR, ZIG**
476. *Algo más por qué sonreír* / *Nos encontramos en la cumbre* 223.
477. **HARTMAN, JANE** *Algo por qué sonreír*

224. *Radiónica y radiestesia*
HAY, LOUISE
225. *101 pensamientos poderosos*
226. *El poder está dentro de ti*
HICKS, ESTHER & JERRY
227. *El dinero y la ley de atracción*
228. *El increíble poder de las emociones*
229. *El libro de Sara*
230. *El poder de la atracción*
231. *Intentar es conseguir*
232. *La ley de atracción*
233. *Pide y se te dará*
234. *Workshop – How to change your life…*
235. *The power of positive thinking*
HILL, NAPOLEON
236. *Actitud mental positiva*
237. *Hágase rico en un año*
238. *Las claves para el éxito Piense y hágase rico*
239. *Reto al diablo*
239. *The Law of success*
ICKE, DAVID
240. *El mayor secreto*
241. *Heal the world*
242. *Hijos de Matrix*
243. *I am me. I am free*
244. *La verdad os hará libres*
245. *Truth vibrations*
JAMES, JOHN
246. *El gran campo*
JOHNSON, SPENCER & K. BLANCHARD
247. *¿Quién se ha llevado mi queso?*
JUNG, KARL GUSTAV
248. *El Secreto de la flor de oro*
249. *Tipos psicológicos*
KATZMAN, DIEGO
250. *El asombroso poder de la gratitud*
251. *Media sexploitation*
252. *Seducción subliminal*
253. *The Clam-Plate Org*

478. *Born to Win*
479. *Great quotes*
480. *How to be a winner*
481. *Autobiography*
482. *Pasos hacia la cumbre del éxito*
483. *Secrets of closing the sale*
484. *See you at the top*

ALGUNOS RICOS Y FILÁNTROPOS

Lista de algunos millonarios que además son filántropos o que sostienen fundaciones filantrópicas, si bien en algún caso se puede dudar de que efectivamente se ayuda a los necesitados desinteresadamente y de verdad y no a cambio de algo.

1. Amancio Ortega	11. Michael Bloomberg
2. Bill Gates	12. Paul Allen
3. Warren Buffett	13. Mark Zuckerberg
4. Azim Premji	14. Li Ka-shing
5. Charles Francis Feeney	15. Jon Huntsman Sr.
6. Sulaiman bin Abdul Aziz Al Rajhi	16. Ted Turner
7. Gordon Moore	17. James Simons
8. Carlos Slim Helú	18. Michael Dell
9. Eli Broad	19. Pierre Omidyar
10. Dietmar Hopp	20. George Kaiser

Algunos comentarios a esta obra de ediciones anteriores

(respetamos la redacciones originales)

Angelo - Me encanta este libro
Alruth - Es un libro excepcional
Batimon - Gracias sooo mucho !!!
Chet - honestamente fue uno de los mejores que jamás haya leido.
Dafyn – leer este libro fue fantastico !
Edgar - acabo de leer el capítulo I, y es genial
Esplin - hombre agradable !
Garbaez - me encanta es simplemente precioso
Gilma - Es simplemente impresionante.
Goldfury - Gracias, es increible ! Muy impresionante!
Hoerner - buen hombre !
Lodrigue - Contento con este libro
Mnezius - No recuerdo la última vez que un libro me tenía tan adicto
Ria - Este libro es imperesionante !
Runewind - Este libro es genial
Sease - Gracias taaan mucho !!!!
Truan - buen hombre !!!

Nuestro premio tetrábol de oro para ellos

[1] Dados los tiempos y vientos que corren, deseo matizar que 'hombre' en este libro no contiene ninguna connotación machista, es un término ambiguo, hombre-mujer, género humano, es decir, lo que en griego equivaldría a *ánthropos* y no a *anér* (varón); su contrapuesto, *giné,* sería mujer.

[2] Stephen Hawking, en su *Historia del tiempo,* cuenta que: "Alguien me dijo que cada ecuación que incluyera en el libro reduciría sus ventas a la mitad". Por mi parte solo espero que tal cosa no ocurra con este, ya que he huido, dentro de lo posible, de un vocabulario demasiado farragoso y técnico o extenso y repetitivo.

[3] Sobre este tema véase el interesante libro *Una nueva teoría acerca de las diluciones homeopáticas,* del Dr. Gabriel Hernán Gebauer.

[4] En Europa unos 180.000 médicos titulados y facultativos prescriben medicamentos homeopáticos o emplean la acupuntura u otras técnicas alterrnativas naturales. Demasiados, me parece, para algo que, como dicen otros, "no funciona", es un "engaño" o una "pseudociencia".

[5] Placebo es una sustancia inerte o sin efecto terapéutico conocido alguno, sin embargo, los pacientes que se someten al mismo en ensayos clínicos, muchas veces mejoran tanto como los que son tratados con los medicamentos que se están probando. El doctor David Hamilton, farmacéutico que investigaba los efectos de nuevos medicamentos, observó que los pacientes de control que recibían placebos, mejoraban tanto como los que recibían medicamentos reales.

[6] El doctor Luis Cencillo (1923-2008) poseía una mente prodigiosa, quienes lo conocimos en persona lo sabemos muy bien. Dejó escritas más de 60 obras de una gran profundidad y altura sobre muy diversos temas: Filosofía, Psicología, homosexualidad, sueños, mitos, Antropología, Ciencia, Arte, Historia, Religión y Política, pero sobre todo acerca de la mente humana, v.g. *El hombre, noción científica* o *El inconsciente*. Fue católico hasta el final de su vida y decía; "El aparato vaticano se acaba. La religión católica pretende una unidad absoluta, cada vez más cerrada, frente a la diversidad y heterogeneidad actuales. Es un fruto europeo occidental que, con la decadencia de Occidente, va a caer también. Igualmente el racionalismo se acaba, esa ilusión de que todo lo iluminamos con la razón. Entraremos en una época no ilustrada. No habrá manera de entender a las diferentes mentalidades. Nos esperan, como pasó en la Alta Edad Media, unos 300 años de caos, de no unidad, otra vez un bullir de gérmenes heterogéneos".

[7] Ver *Escritura y salud de* Vicente Lledó y Víctor M. Anduix, Ed. Obelisco.

[8] Masaru Emoto afirma que las palabras, pensamientos, música, etc., influyen en el agua modificando la estructura de sus cristales al congelarla. Los cristales son más estéticos tras una sesión de afirmaciones positivas, pero las pruebas para darle el pedigrí de científico, no acaban de pasar la criba. Las afirmaciones de Emoto, como era de esperar, han sido criticadas como absurdas y pseudocientíficas. Sin embargo, el Dr. Escudero, que opera sin anestesia (ver luego), le apoya, al igual que a la homeopatía, que dice, así tiene sentido. Emoto tuvo un antecedente que también acabó mal, el doctor Jacques Benveniste, que arruinó su carrera con la homeopatía y los cristales, haciendo suya una frase de un periodista que escribió irónicamente sobre la "memoria del agua". Ahí empezó su ruina, a pesar de que incluso el premio Nobel de Física de 1973, Brian Josephson le apoyaba. Otros muchos doctores también suscriben lo de la memoria del agua incluso a través del magnetismo.

[9] "Es obvio que los seres humanos poseen una gran capacidad para aferrarse a las falsas creencias con fanatismo y tenacidad y los científicos racionalistas no son ninguna excepción", dice el Dr. Bruce Lipton en *Biología de las creencias.*

[10]Tomado de *Historia de las Letras*, del académico Gregorio Salvador.

[11] Hay quien piensa que la palabra 'elefante' tiene su misma raiz en el 'álef', por sus colmillos, pero no hay pruebas, aunque es una observación correcta.

[12] Las vacas eras rumiantes muy considerados en el antiguo Egipto, incluso algunas se dice que eran sagradas, como en India. Simbolizaban además la maternidad y la fertilidad. Y a algunas se las consideraba como encarnaciones de diosas y madres de reyes.

[13] El jefe nazi Heinrich Himmler utilizó la runa 'doble sig' (SS) para su funesta organización. La **esvástica** o **suástica** (卐) y la **sauvástica** (卍).

[14] La (e)svástica en la India y Nepal es un símbolo religioso de una gran magnitud. Su origen deriva de las palabras sánscritas Swa (**buena**) y Astik (**fortuna**). Los nazis la giraron 45º y la llamaron 'cruz gamada' **–**por las 4 gammas griegas [Γ]**–** en símbolo del nazismo, compuesta a su vez de las dos *sigs* cruzadas de Himler.

[15]A no ser que se trate de una rana-toro (Lithobates catesbeianus) que hace a todo.

[16] A propósito sobre un posible "pedido de pareja", debo advertirte de que hacer tal solicitud para una persona determinada y concreta, puede ser nefasto para ambas. No se debe interferir en la voluntad ni en el libre albedrío de nadie.

[17] Hay alguno que ve la solución añadiéndole una 'e' de apoyo, o sea, 'sálele', pero la sal no viene aquí al caso. Y habría otras formas, como: 'le sales al encuentro' o 'sal a su encuentro'. Pero eso es un salirse como por otra puerta, que parece una aporía cuántica sin

salida correcta. Otras lenguas lo dirían así: **sal.le**.

[18] No puede existir un "trébol (3 hojas) de 4 hojas, pero sí un 'tetrábol' o τετράφυλλο (cuatro hojas) de la suerte" o un cuadrifolio, (con permiso de la RAE).

[19]En los mundos anglosajón y calvinista, esto es algo muy común.

[20] Aunque cada vez menos, ya que, como diría aproximadamente Bob Proctor (presentador de *El Secreto*): "Hoy día, por medio de Internet, podrías vender al mundo entero y por millones, las estupendas camisetas absorbeolores que vendes en tu tienda de barrio y cuyas ganancias apenas te dan para sobrevivir".

[21] Según el economista Thomas Robert Malthus (1766-1834), el nacimiento de nuevos seres humanos aumentaría la pauperización gradual de la especie e incluso podría provocar su extinción, lo que se ha denominado "catástrofe malthusiana".

[22] El Club Bilderberg es uno de los muchos grupos de presión que hay y que, a decir del escritor ruso-lituano Daniel Estulin, es un club de poderosos –del dinero, la política, la realeza, etc.– que, en secreto y sin escrúpulos, nos diseñan el futuro que desean para la humanidad y para... su propio beneficio, y que después "simplemente sucede", como crisis de todos los colores, guerras, pandemias, etc.; o la periodista española Carmen Martín Jiménez que ha escrito también sobre ellos en sus obras. No todos sus componentes o 'invitados' son multimillonarios, pero sí multipoderosos. Otro periodista muy conocido también, David Icke, igualmente los estudia y nos habla de ellos en sus obras; o Jan van Helsing (alias); o Jim Marrs y otros muchos; siendo acusados todos, más o menos, de "conspiranoicos". ¡El tiempo va diciendo si lo son o no!

También orienta mucho sobre estas "fuerzas oscuras" el lingüista y sociólogo norteamericano Noam Chomsky.

Otro de estos grupos u organismos sería el CFR; uno de sus miembros, Murray Butler, afirma: "El mundo se divide en tres categorías de personas: un pequeñísimo grupo que hace producir los acontecimientos; un grupo un poco más importante, que vigila su ejecución; y una vasta mayoría que jamás se enterará de nada". Y otros.

*[23]*En el mundo subatómico de la Física Cuántica no es así. Ya lo veremos.

[24] Escribir un cuentito como ese y hacerlo exitoso en ventas y muy conocido, solo se consigue con un buen aparato publicitario detrás, cosa que los autores, empresarios, supieron aprovechar.

[25] Empleo en este libro el término "escéptico" en el sentido de "desconfianza o duda de la verdad o eficacia de algo", como lo define el DRAE y no en el del filósofo Ortega y Gasset que lo contrapone a "dogmático", en que este creería en una sola cosa y el escéptico en múltiples. En este caso yo me definiría como no dogmático. Tal vez tú también.

[26] Al poco de declararse homosexual, retiró la oferta. ¡Qué cosa tan rara y qué manía de mezclar asuntos tan dispares!

[27] La homeopatía ha demostrado con creces que el número de Avogadro (6,022212 × 1023) no es cierto. El mismo concepto estático del pH es erróneo, existe un mecanismo intermediario para casi todas las patologías que es posible corregir con el fin de curarlas o aliviarlas, y muchas de las verdades o dogmas científicos ya no se sustentan, porque están maquillados o simplemente porque no son ciertos.

[28] Se dice que los pulpos tienen un organismo excepcional, con un cerebro extremadamente complejo y capacidades cognitivas únicas entre los invertebrados. Sin embargo, en cierto modo, este animal tiene más en común con los vertebrados. Eso sí, la razón evolutiva de su inteligencia y los mecanismos moleculares que la determinan siguen siendo objeto de investigación. Un nuevo estudio, publicado en la revista *BMC Biology,* revela que la complejidad neuronal y cognitiva del pulpo podría tener su origen en una analogía molecular con el cerebro humano.

[29]. Si los médicos "científicos" dicen que los medicamentos homeopáticos son inútiles y no sirven para nada, lo suyo es que los dejaran vender incluso en las tiendas donde venden cosas inútiles, que hay muchas. Pero resulta que no es posible. Son los médicos de cabecera (que no saben de homeopatía generalmente) quienes te los tienen que recetar y, si no, no te los venden. La homeopatía, que es inocua, es decir, que no tiene efectos secundarios, pasa a ser, para ellos, un raticida. Así que date prisa en leer este libro, no sea que te lo confisquen y luego tengas que comprarlo con receta de la Inseguridad Cultural.

[30] Aleatoria proviene de alea (al ser latín no se acentúa la 1ª 'a', pero es esdrújula) y significa 'suerte' y también 'dados'. No confundir con alea (aleya), versículo coránico. Aleatorio significa por tanto 'al azar'.

[31] Einstein entendía por Dios a la Naturaleza, ya que no era creyente; le salió respondón Werner K. Heisenberg (1901-1976), cuyo "principio de incertidumbre" o "indeterminación" hace que, al menos en el mundo subatómico, las teorías deterministas, como la de la relatividad de Einstein, no tengan validez.

[32] Autor de *The Skeptic Encyclopedia of Pseudoscience,* en donde no deja títere con cabeza. Prácticamente todo es pseudociencia o falsedad, menos la teoría de la evolución (curiosamente lo más falso que ha salido de mente humana) y poco más. Así: ovnis, extraterrestres, acupuntura, homeopatía, psicoterapia, psicoanálisis, DMR, medicinas alternativas, meditación, radiestesia, sincronicidad, magnetismo, grafología, 'el triángulo de las Bermudas', "agrogramas", biorritmos, religiones, etc. No tardará mucho en incluir también la Ley de la Atracción y la **buena suerte**.

[33] Se dice que Cristóbal Colón, cuando navegaba de vuelta hacia España desde América (no se llamaba asi todavía), echaba (como los antiguos oráculos romanos) garbanzos (los suyos marcados con cruces templarias), para ver qué le deparaba la suerte en caso de peligro de naufragio (Ruggiero Marino en su dudosa tesis de que Colón fuera italiano de Génova y no judío marrano mallorquín, de Génoa, como prueban el hermano Nectario María y otros). Colón no hablaba italiano (ni zeneize, el dialecto ligur hablado entonces en Génova). Solía pedir traducciones al castellano de cuanto le llegaba algo en un italiano que no entendía.

[34] Chiripa: En el juego de billar, suerte favorable que se gana por casualidad. Carambola: casualidad favorable.

[35] El I Ching es uno de los libros sapienciales más antiguos del mundo. Se basa en la observación de la naturaleza y de la vida humana. Combina intuición y experiencia. Karl Gustav Jung lo estudió y vino a decir que con él era más fácil adentrarse en el inconsciente. He conocido a un respetabilísimo médico facultativo occidental que se guiaba por él. Se dice también que "La ciencia del I Ching no está basada en el principio de la causalidad, sino en un principio innominado llamado provisionalmente el principio sincrónico".

[36] A pesar de que, como decía sir Francis Bacon (1561-1626), su función es esparcir el dinero, ya que, como el estiércol, no es bueno si no se esparce.

[37] ¿O será porque, como decía Voltaire (tan crítico siempre él): "si un banquero suizo salta por la ventana, es seguro que hay algo que ganar", y allá se fue?

[38] Empleado con el significado de 'cosa irreal'. Estoy seguro de que los bancos en los que guardan sus millones los Slim, Gates, Buffett, los Musk, etc., no poseen en sus cajas de caudales ni el 4% de lo que dicen poseer estos. Si a algunos de estos personajes les diera por llevarse a casa lo que dicen ser suyo, como ya pasó en el famoso crac de 1929, se crearía un problema de grandes dimensiones. Luego... no son tan ricos si no pueden disponer de ello, o es que nosotros somos muy ingenuos y no sabemos que el 'grueso' de su dinero no está allí.

[39] Por si no lo supieras, te repito aquí las "estrategias mundiales de la manipulación" tan queridas por ciertos personajes:

1.- La estrategia de la distracción.
2.- Crear problemas y después ofrecer soluciones.
3.- La estrategia de la degradación.
4.- La estrategia del diferido.
5.- Dirigirse al público como a niños de corta edad.
6.- Utilizar el aspecto emocional más que la reflexión.
7.- Mantener al público en la ignorancia y la idiotez.
8.- Promover al público a complacerse en la mediocridad.
9.- Reemplazar la revuelta por la culpabilidad.
10.- Conocer a los individuos mejor de lo que ellos mismos se conocen. Dicho esto ¿cómo no pensar que no les interese que la gente "despierte"?

Ver también el informe anónimo: *Armas silenciosas para guerras tranquilas*, y el libro de Milton William Cooper, *Behold a pale horse.*

[40] Los materialistas más extremos afirman que la consciencia es solo un fenómeno energético-material como estado o proceso del cerebro, materia en definitiva. Es como decir que la consciencia es pura materia. Que nos digan, por favor, en que bolsillo guardan la suya.

[41] Dice el bioquímico Joe Dispenza que el cerebro no distingue la diferencia entre lo que tiene lugar ahí fuera y lo que tiene lugar aquí dentro.

[42] En *El poder contra la fuerza* y *El ojo del yo,* el Dr. David Hawkins dice que logró analizar el espectro total de los niveles de consciencia, desarrollando un mapa fascinante de la geografía de la experiencia humana o "anatomía de la consciencia".

[43] La Real Academia de la Lengua hoy día recoge el significado primigenio de esta palabra y la define como: “contracción permanente de los dedos, que impide su movimiento”.

[44] Esta palabra sería el participio pasivo de gafar y significa “arrebatar algo con las uñas o con un instrumento corvo”. Gafar sí está reconocida por la RAE en su segunda acepción de: “transmitir o comunicar mala suerte”.

[45] Por favor, no le eches siempre la culpa de lo que te pasa al gafe que tengas al lado. Si se la echas, posiblemente es que eres tú el gafe. Ve al médico o al psicólogo de cuando en cuando, si te pasa algo de esto, pero no les digas nada de tus sospechas ‘gaficantes’, porque lo más probable es que se rían de ti.

[46] No digo vampiresa, que eso es otra cosa que no viene aquí al caso.

[47] “Si no consideráramos la ‘plaga emocional’ como una enfermedad en el estricto sentido de la palabra, correríamos el peligro de movilizar contra ella el bastón del policía, en lugar de la medicina y la educación”, decía jocosamente Wilhem Reich.

[48] No inventó ninguna bombilla. Lo que hizo en realidad fue que esta funcionara y no se fundiera al momento, al aplicarle un filamento carbonizado de bambú, dicen unos, o de tungsteno, dicen otros... hasta que llegaron los de Phoebus con su “obsolescencia programada” y consiguieron que las bombillas se fundieran dentro de un tiempo programado, a fin de que fuera mejor negocio fabricarlas.

[49] El método de la DMC (ver) del psicólogo A. Calderón tiene un apartado con un ejercicio para “romper lazos energético-emocionales con las personas negativas”.

[50] Capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse. Vocablo puesto en circulación por el psiquiatra Boris Cyrulnik en sus libros y ejemplos como el de Einstein, Frankl, Malala, Hawking, Mandela y otros.

[51] John A. Wheeler (1911-2008) decía que la antigua palabra ‘observador’ simplemente tiene que ser eliminada de los libros y debemos sustituirla por la ‘palabra participante’. De este modo hemos llegado a darnos cuenta de que el Universo es un Universo de participación (cfr.: F. David Peat en *Sincronicidad)*.

[52] El fotón presenta tanto propiedades corpusculares como ondulatorias. Se comporta como una onda en fenómenos como la refracción que tiene lugar en una lente; sin embargo, se comporta como una partícula cuando interacciona con la materia para transferir una cantidad fija de energía.

[53] ¿Qué se puede esperar de alguien que se dedicaba a parar toros a distancia incrustándoles electrodos en sus cabezas, y que nos recibió en calzoncillos en su casa, a una dama y a mí, que íbamos a pedirle un prólogo para un libro nuestro?

[54] Por ejemplo, como no podía exterminar las cucarachas de mi casa con todo tipo de venenos, les he colocado un aparatito eléctrico que emite ultrasonidos y, en teoría, las aleja, pero siempre hay alguna por ahí que no se entera o que está sorda. Eso me ha permitido cazarla y observarla por el techo y las paredes interiores de un vaso corriendo y durmiendo, como si nada. ¿Cuándo podremos los humanos hacer tal cosa?

[55] Este término, por regla general, se lo emplea como sinónimo de biocombustible. Aquí lo empleo en el sentido que le da el científico ruso Dr. Korotkov de energía vital.

[56] Un hercio (Hz) es la distancia que recorre una onda en un segundo.

[57] No hay que confundir con las “Cámaras Aura” que suelen verse en las ferias de pueblos y barrios y que representan una supuesta imagen del aura alrededor del cuerpo de la persona. Este tipo de cámaras toman la temperatura y humedad de la mano de la persona y a partir de estos datos representan un “aura” mediante un programa informático. Es sobre éstas contra las que los escépticos se ceban. Claro, no conocen otras.

[58] Libido es una palabra latina que no debe acentuarse en castellano.
No confundirla con lívido, que sí se acentúa, pero no significa lo mismo.

[59] Se denomina Vedas o Vedás a los cuatro textos sánscritos que forman la base del extenso sistema de textos sagrados del hinduismo. Allí mismo se dice que “el Universo es vibración y energía en movimiento”

[60] A este respecto, son interesantes los libros *The black swan* (no conocemos ninguna traducción de este *Cisne Negro*) y *Confundidos por el azar* de Nicholas Nassim Taleb.

[61] “Para gustos los colores”, como decimos ahora.

[62] Ver *Códigos del Universo* de Rafael Gordillo y *La **buena suerte** sin cuentos* que escribimos tras la 1ª edición de esta 3ª que tienes en las manos, ambos en Amazon. Asimismo impartimos cursos de Radiestesia Científica para descubrir desde las consabidas aguas subterráneas, hasta trufas sin ayuda de perros y, ¿cómo no?, gas y petróleo.

[63] Holografía proviene del griego 'hólon' (todo) y 'graphê' (escritura, imagen) y es una técnica fotográfica que reproduce imágenes tridimensionales.
[64] La kundalini, en el marco del hinduismo, es la energía vital, cuyo flujo se visualiza y/o se representa como una serpiente enroscada en espiral y dormida en el chakra muladhara.
[65] Habría que resaltar, en honor a la verdad, que a quien se le ocurrió antes lo de la selección natural de las especies fue al biólogo Alfred Russel Wallace.
[66] La palabra sinapsis proviene del verbo griego 'synáptô' que significa unir, en este caso las neuronas entre sí, que lo hacen a través de neurotransmisores, sustancias químicas que transmiten información de una a otra neurona sin tocarse entre sí.
[67] He observado que muchos tratadistas confunden Física Cuántica con Mecánica Cuántica o viceversa. Algunos dicen que tanto una como otra forman parte de la Física, así en general. Pero otros derivan la Física de la Mecánica. En inglés he visto más veces decir Quantum Mechanics para referirse a la Física Cuántica, que al revés. En fin, que los especialistas nos lo aclaren, que supongo sabrán de sobra.
[68]"Cualquiera que no esté impactado con la teoría cuántica, no la ha entendido".
[69] El principio de superposición o teorema de superposición es un resultado matemático que permite descomponer un problema lineal en dos o más subproblemas más sencillos, de tal manera que el problema original se obtiene como "superposición" o "suma" de estos subproblemas más sencillos.
[70] El electrón es una partícula subatómica que gira alrededor del protón y del neutrón o núcleo del átomo. Para que tal cosa suceda, ambos son de polaridad contraria. Equivaldría a lo que es la luna para la tierra o la tierra para el sol.
[71] El acto de la observación hace que la probabilidad se vuelva una cosa definida y convierte en nulas todas las otras posibilidades de estar en cualquier otro lugar del mismo mundo.
[72] Dice Lanctôt, autora de la *Mafia médica*: "Cuando acabé la carrera de Medicina yo estaba convencida de que hacia el año 2000 ya no habría más enfermedad en el mundo, tenía una fe ciega en la Medicina que me habían enseñado. Sin embargo, yo veía que el tiempo pasaba y que la salud de las personas iba empeorando, que los medicamentos que no funcionaban se seguían recetando, y que se practicaba una guerra en contra de las Medicinas Alternativas, las cuales producen un bienestar más interesante que el que proporciona la medicina convencional. La medicina convencional corta, quema y envenena".
[73] No hay que olvidar a Morrnah Nalamaku Simeona, creadora en 1983, de la Auto-Identidad de esta técnica nominada como Tesoro Vivo del Estado de Hawai.
[74]Pronunciado [cógito], aunque creo que ya lo sabes.
[75] Jung fue discípulo de Freud, pero así como a este apenas se le respeta en el campo de la ciencia, Jung pasa por ser una gran persona, un investigador estupendo y todo eso, sólo que perdió un poco la chaveta con lo del "inconsciente colectivo" y sus intrusiones en el mundo esotérico, simbólico y mágico, dicen los malintencionados.
[76] La Psicología Transpersonal está interesada específicamente en el estudio científico y empírico, así como de una responsable aplicación de los descubrimientos relevantes sobre: los valores últimos, conciencia unitiva, éxtasis, experiencias místicas, autorrealización, el significado último, la trascendencia del yo, el espíritu, la unidad, la conciencia cósmica, la sinergia entre individuos y especies, la felicidad, lo sagrado, fenómenos trascendentes, percepción extrasensorial, etc., (Wikipedia).
[77]https://www.anatheoresismadrid.com/
[78] Al lamarckismo se le atribuye que "las circunstancias crean la necesidad, esa necesidad crea los hábitos, los hábitos producen las modificaciones como resultado del uso o desuso de determinado órgano y los medios de la Naturaleza se encargan de fijar esas modificaciones... Los organismos adquieren y transmiten las adaptaciones necesarias para su supervivencia en un entorno cambiante." Curiosamente, la hipótesis sobre los mecanismos de la evolución de Lamarck, se ajusta a la noción de los biólogos celulares modernos de la adaptación del sistema inmunológico al entorno.
[79] Al lamarckismo se le atribuye que "las circunstancias crean la necesidad, esa necesidad crea los hábitos, los hábitos producen las modificaciones como resultado del uso o desuso de determinado órgano y los medios de la Naturaleza se encargan de fijar esas modificaciones... Los organismos adquieren y transmiten las adaptaciones necesarias para su supervivencia en un entorno cambiante." Curiosamente, la hipótesis sobre los mecanismos de la evolución de Lamarck, se ajusta a la noción de los biólogos celulares modernos de la adaptación del sistema

inmunológico al entorno.

[80] Los transposones o genes “saltarines” son secuencias de ADN que solo llevan información genética para poder moverse dentro de los genomas de los seres vivos.

[81] En la eterna controversia entre herencia y medio, el péndulo se había declinado hacia la herencia. La mayoría de los genetistas se apuntaron a ella. En un principio se pensó que el ADN era el único responsable de nuestras características físicas, pero después comenzamos a creer que los genes también controlaban nuestras emociones y nuestro comportamiento. Así pues, si se ha nacido con un gen de la felicidad defectuoso, se debe esperar una vida infeliz”, (Lipton). Ahora se está retrocediendo gracias a la Epigenética.

[82]En el Capítulo IV hablaremos sobre ello.

[83] La solanina se detecta por el color verde de algunas patatas. Ni las cocinas cuarteleras, de colegios, restaurantes, etc., ni las industrias de la fritanga y envasado de las mismas, la quitan; muchas ni siquiera pelan las patatas.

[84] Interesante la lectura de *El cerebro de pan-La devastadora verdad sobre el trigo, el azúcar y los hidratos de carbono* del Dr. David Perlmutter.

[85] Cuando escribí el libro *El tabaco te puede matar*, Amazon, estuve intentando averiguar si era cierto lo que dicen las tabaqueras de que la berenjena contiene nicotina como el tabaco, pero no lo conseguí. Al parecer nadie más que ellas se han preocupado por saberlo. Puede que tenga pero a nadie le da por fumar berenjenas.

[86] El filósofo francés Michel Onfray pulveriza a Freud y lo reduce prácticamente a nada: “El psicoanálisis sólo sirve para comprender a... Freud”.

[87] Algunos diccionarios de Psicología colocan incluso el subconsciente entre el inconsciente y el consciente.

[88] Cfr. *Persuasión subliminal y sus técnicas,* de J. L. González.

[89] El Sistema Nervioso Vegetativo (SNV) se divide en el simpático y el parasimpático. El simpático es el de alerta, tensión, estrés, adrenalina, etc., y el parasimpático es el de la relajación, regeneración, paz y noradrenalina.

[90] De este autor de gran éxito en temas de autoayuda, que hacía fácil la Psicología para todos, es también la frase “La forma más alta de ignorancia es cuando rechazas algo de lo que no sabes nada”, entre otras muchas otras.

[91] El término semántica se refiere a los aspectos del sentido o interpretación del significado de las palabras.

[92] La terminación “phaga” deriva del verbo griego “phageîn”: comer. Y ya es curioso que la palabra griega “argyránje”, o sea, argirancia, signifique “enfermedad del dinero”; fue una invención cómica de Démades (384-320 a. C.) contra Demóstenes (384-322 a. C.), ya que no existe tal enfermedad, aunque sí la argiria (sales de plata en sangre por consumo excesivo de plata coloidal -un medicamento natural contra infecciones-), puesto que “argyrós” significa plata y, por derivación, dinero, como se sabe muy bien en Sudamérica.

[93]Palabra que proviene del griego, como cine. Es la ciencia que estudia el movimiento.

[94] El sistema del Dr. Hawkins está siendo empleado por miles de profesionales de diferentes campos y no necesariamente sólo de la medicina. El problema que yo veo es que en kinesiología son necesarias siempre dos personas para testar, mientras que con la radiestesia kinesiológica, no. Hasta hace poco, la Kinesiología era tratada como una pseudociencia, pero recientemente, en el mismo hospital en que me operaban una muñeca rota, me colocaban las llamadas tiras kinesiológicas, muy usadas por deportistas, para su más pronta recuperación total. Curioso en un hospital público.

[95]El presente recordado.

[96] Aquí la palabra crítico no tiene el mismo sentido que emplearemos más adelante cuando hablemos de que la persona criticona es por naturaleza negativa.

[97] Subliminal es cualquier mensaje que entra en nuestra mente sin advertirlo y ahí se queda. Aunque está prohibido utilizarlo en publicidad, en muchos países, se utiliza.

[98] Pauli y Heisenberg creían que era el observador el que provocaba el colapso. Bohr nunca lo ratificó y Einstein se rió de ellos llamándolos místicos, a lo que respondió Pauli con su “sí, pero misticismo lúcido”. A los cuatro les dieron el Nobel.

[99] “Muchos dogmas del evolucionismo no se sostienen ya”, a la vista de lo que nos cuenta, por ejemplo, el creacionista turco Harun Yahya (Adnan Oktar) en *El timo del evolucionismo.*

[100] Yo prefiero decir “conductal”, puesto que es un vocablo proveniente del participio latino “conducta” y no de un inexistente “conductua”. Pero, como la RAE es la que limpia, fija y da

esplendor, ha optado por lo que le dicen los psicólogos 'conductuistas' (¿se dice así?), y a mi me obliga a escribir "conductal" entre comillas. Pues no.

[101] Daniel Goleman: *Emociones destructivas.*

[102] De 'aiscrolalia', expresión internacional para referirse al habla obscena.

[103] Concepto que procede de Rob. Assagioli (1888-1974), creador de la Psicosíntesis.

[104] A mí el método de la Modelización empleado por la PNL (salvando las diferencias lógicas) me recuerda al pretendido por una grafóloga española que consistía en que ante la necesidad de encontrar un modelo caligráfico terapéutico para enseñar a los niños a escribir más saludablemente, habría que echar mano y copiar la forma de escribir de los grandes personajes de la Historia, entre ellos los premios Nobel. El resultado es un auténtico "churro" deleznable y peligroso, (ver nuestro *Escritura y salud,* Ed. Obelisco). De todas maneras, es posible que, en otros casos, la PNL funcione como dice Robbins.

[105] Zen o Zazen (Za = "Sentada" y Zen, del sánscrito "Dyana" = "Meditación" o "concentración"), o sea "Sentada de Zen" o "Meditación sentada", que es como los monjes Zen lo llaman, aunque incluso ellos mismos niegan que sea una meditación.

[106] De 'tellus' tierra.

[107] Antes que él hubo, no obstante, un discípulo de Mesmer, Chastenet de Puysègur (1775-1848), que llegó a desarrollar un método de hipnosis que fue utilizado en cirugía hasta que lo desplazó en 1847 el descubrimiento de la anestesia por cloroformo. Fue muy denigrado y cuestionado. También los hipnólogos la han utilizado desde hace casi dos siglos. En 1840 el Dr. John Ellioston era un joven cirujano que descubrió la anestesia psicológica de la mano del "Magnetismo" (la Hipnosis de la época). Ellioston creó el Hospital Médico de Gitzroy Square y realizó miles de operaciones quirúrgicas con dicha técnica.

El cirujano escocés James Esdaile, aprendió la anestesia psicológica de Ellioston y la llevó a Calcuta con tanto éxito que el gobierno de Bengala abrió un hospital sólo para él, el Mesmeric Hospital, donde atendería a todos los estratos de la sociedad. Tras veinte años en los que realizó miles de operaciones, Esdaile volvió a Inglaterra. Recientemente y en Colombia, el ingeniero y empresario William Mercay nos contaba cómo cómo extrajo, sin anestesia, miles de piezas dentales en la clínica médica de su exesposa.

[108] El abad indo-portugués José Custódio de Faria (1746-1819) fue uno de los pioneros en el estudio científico del hipnotismo, plantearía este con técnicas muy parecidas a las actuales. Faria fue el primero en acentuar la importancia de la sugestión en el hipnotismo, y en demostrar la existencia de la autosugestión. Afirmaba que dentro del hipnotismo, el magnetismo era tan sólo una forma de sueño; todo el proceso se llevaba a cabo en la imaginación del paciente y era provocado por la sugestión. Sin embargo, a finales del siglo XX, se abusó del lado espectacular de la técnica, hasta que se desprestigió de tal manera que salió fuera de los sistemas de estudio científico serio y pasó a ser un entretenimiento de variedades teatrales.

[109] Se suele decir que Freud abandonó la hipnosis porque, según él mismo dijo, era un mal hipnotizador, pero realmente lo que sucedió es que se dio cuenta, junto con Jung, de que esta no era la mejor técnica para dialogar con la psique humana.

[110] Es triste que algunos, para hacerse publicidad de lo propio, lo único que se les ocurre es denigrar a lo ajeno. En la Cienciología nos parece se da bastante. Parecen los únicos poseedores de toda verdad divina y humana. En general todas las religiones lo hacen y esta no iba a ser menos.

[111] En Dianética, el poder del pensamiento, R. Hubbard define el engrama como "un momento de 'inconsciencia' que contiene dolor físico o emoción dolorosa, con todas sus percepciones". Y como "la huella definida y permanente que un estímulo deja en el protoplasma (sustancia constitutiva de las células) de un tejido". Sin embargo, esta palabra que parece de su uso exclusivo, la acuñó en los años de 1920 el neurocirujano Wilder Penfield para indicar que los recuerdos tenían un lugar en el cerebro. Le siguió en el uso el psicobiólogo, carnicero y cruel raticida Karl Lashley. Ninguno encontró nada.

[112] Digo vibratorio porque la palabra vibracional no está admitida por el Diccionario de la Real Academia de la Lengua.

[113] Hay un verso del escritor y poeta malagueño Manuel Alcántara, que podéis leer en el paseo marítimo de Torre del Mar (Málaga, España), que dice: "Empecé a contar conmigo cuando empecé a contar las olas. Para eso están los amigos".

[114] También existen ondas cuadradas y triangulares, pero aquí no nos interesan.

[115] Hay que señalar que la zona fronteriza entre un ciclo y otro es una continuidad, es decir,

no es una zona claramente definida, es por ello que algunos consideran, por ejemplo los 4 Hz, como de la zona Delta y otros como de la zona Zeta.

[116] Norman S. Don & Gilda Moura en *Journal of Scientific Exploration.*

[117] También existe, como sustantivo compuesto, "synkronismós" (sincronismo) que es "la correspondencia en el tiempo entre las diferentes partes de los procesos", "la mera simultaneidad de dos o más sucesos", o "la ocurrencia simultánea de cierto estado psíquico con uno o más eventos externos". Esta última, definición de K. G. Jung.

[118] No está todavía admitida por la Academia Española de la Lengua. ¡Ya podría!

[119] No llegó nunca a hablar o escribir en sus nás de 60 libros (algunos muy voluminosos) ni en sus clases, que yo sepa, sobre la **buena suerte** o la *Ley de la Atracción,* pero es aquí donde podríamos ver que hay una coincidencia de pensamiento con la misma, sólo que con interpretación diferente.

[120] Estando escribiendo esto me pasó algo inesperado. Me levanté a beber agua y, al ir a agarrar el vaso, que estaba a temperatura ambiente, en el anaquel de la cocina, nada más tocarlo con la punta del índice, me estalló en la cara.

[121] El tiempo de reverberación es el que transcurre desde que se produce un sonido, hasta que su intensidad disminuye a una millonésima.

¡Alguno habrá todavía que diga que escribir no es una profesión de alto riesgo!

[122] En el capítulo VII de El Quijote, se dice: "Uno de los remedios que el cura y el barbero dieron por entonces, para el mal de su amigo, fue que le murasen y tapiasen el aposento de los libros (quizá quitando la causa, cesaría el efecto)"

[123] Le oímos decir una vez que el domingo 'había cosas más interesantes que hacer que ir a una iglesia'.

[124] Psicoanalgesia (Dr. Escudero), *Anestesia de vaso* (José Silva), *El Poder del faquir* (Maestro Fénix), *Hipnodoncia* (William Mercay).

[125] Al momento de redactar estas líneas para esta edición, nos enteramos de que se había manifestado como creador de su secta religiosa, se había declarado descendiente directo de Cristo, se fue a Sudamérica y allí debió cometer algún delito, algo así como un supuesto milagro y fue encarcelado, ya nunca más hemos sabido de él. Se debió pasar de rosca y se salió del eje. ¡Una pena!

[126] Dice Jack Canfield que, cuando la conoció para participar en *El Secreto,* "estaba sorprendido de su energía, que parecía estar en un constante estado de felicidad y de admiración infantil. Radiaba seguridad y confianza". ¡Demasiado para una deprimida!

[127] Por supuesto que estoy de acuerdo con Canfield en que el principal trabajo que hay que hacer es dentro de uno mismo. Hasta ahí de acuerdo, pues es imprescindible. Lo que no creo es que Canfield quiera decir que luego solo es sentarse y esperar a que lluevan del cielo las cosas. Ni él mismo lo hizo así cuando empezó.

[128] En realidad Vitale emplea el vocablo "nevillize" y se refiere a Neville Goddard (1905-1972) perteneciente al Nuevo Pensamiento y que decía, por ejemplo: "Para conseguir tus deseos, primero debes creer que esos sueños son posibles para ti". O: "Para cambiar el estado presente, debes subir a un más alto nivel de consciencia".

[129] Algo que también se le achaca es no haber investigado en laboratorios o no haber publicado en revistas científicas. A mí me parece esta acusación simplemente ridícula: ¿es que se puede investigar en un laboratorio un cerebro humano vivo para saber cómo funciona en la calle luego? Y ¿acaso no es conocido de sobra lo manipuladas que están las revistas llamadas científicas? Ya se sabe, si te mueves no sales en la foto. Y los científicos deberían saber de sobra que multitud de avances científicos se deben a personajes que nunca estuvieron en esas fotos.

[130] *Quanta* (cuantos), plural neutro en latín de *quantum,* cantidad indivisble de energía.

[131] No confundir con el tan conocido autor de libros de autoayuda Dale Carnegie (1888-1955), cuyos apellidos en realidad eran Breckenridge (padre) y Carnegey (madre).

[132] Paolo Coelho en *El Alquimista,* dice lo mismo varias veces: "Cuando se quiere una cosa, el Universo siempre conspira a favor.

Cuando quieres algo, todo el Universo conspira para que realices tu deseo.

Cuando deseas alguna cosa, todo el Universo conspira para que puedas realizarla.

Cuando quieres algo, todo el Universo conspira para que consigas realizar tu sueño.

Cuando quieres una cosa, todo el Universo conspira para ayudarte a conseguirla.

Cuando buscas tu leyenda personal, todo el Universo conspira para que consigas lo que

deseas".

[133] Cuando escribió esto no se conocía todavía el electroencefalograma (EEG).

[134] No existe realmente un "ahí fuera", ya que la ciencia ha demostrado que a nivel atómico no existe ninguna diferencia entre nosotros y el mundo. No hay separación, todo es una misma cosa.

[135] Hay algunas cosas de este hombre que no me encajan demasiado bien, por ejemplo, este tipo de 'alojamiento' ¿en el subconsciente? Pero hay otras que veremos.

[136] Y esto lo dice él mismo, pero no de sí mismo, cuya ortografía no es que sea solo mala, sino que es horrenda, peor que la de cualquier niño que no haya ido nunca a una escuela. Una ortografía así es como ir sucio y maloliente por la vida.

[137] Para aprender lo que sigue habría que hacer alguno de sus cursos, aunque me temo que ya no va a ser posible.

[138] Se refiere a una secta musulmana o árabe.

[139] Hay quienes le niegan la capacidad de escribir nada serio.

[140] No confundir con Amancio Ortega, el más rico de España y de los primeros del mundo. No ha dictado su método, pero se puede deducir algo por el libro de Covadonga O'Shea: *Así es Amancio Ortega, el hombre que creó Zara* y el de X. Blanco y J. Salgado *De cero a Zara*.

[141] La envidia es un sentimiento sano de admiración, si nos estimula positivamente, pero lo más frecuente es que sea negativo y, por ello, vemos al envidiado y a lo que posee, con cierto desprecio. Si no le damos la vuelta a este sentimiento, nunca seremos o tendremos lo que envidiamos en el otro. Admíralo y haz lo que él.

[142] Criticar viene del verbo griego krínô, que significa, en primer lugar, 'discernir', pero también juzgar. Si lo empleamos con el primer significado, como se hace en Filosofía, no habría mucho problema, pero generalmente se emplea en negativo, como juzgar.

[143] Soy consciente de que estoy exponiendo negatividades y a quienes me pudieran reprochar por ello, les diría que la lengua es la que es y que sería hacer el ridículo decir cosas como, por ejemplo, "la no juventud" en vez de la vejez, "el no disfrute de padres" para la orfandad, etc. Bastante triste es ya que a las personas, en español y en otros idiomas, nos hayan cambiado el sexo por el género; y a las palabras, el género por el sexo. Así tenemos ahora: violencia de género; miembro y miembra o ¿miembre?, artisto y artista, futbolisto y futbolista, tenisto y tenista, juezo y jueza y una larga lista de memeces linguísticas que los políticos de esta neolengua nos están embuchando a diario. ¿O sí? Ver nuestro *Perlas lingüísticas*, en esta misma editorial de Amazon.

[144] Los millonarios no suelen cuidar mucho ni la 'buena letra', ni la buena ortografía, la razón es que no les produce malestar, como al que padece el síndrome fóbico a la ortografía. La ortografía es buena para escribir bien, o para la literatura, pero mala para hacer negocios, dice Fénix, que dicho de paso, escribe horrorosamente mal, como ya hemos dicho en la nota 136.

[145] La de taquígrafo fue una de mis primeras profesiones de "señorito".

[146] Aproximadamente un mes después, y tras sólo 15 días de trabajo, había acabado de escribir el libro *Tus zonas erróneas*, traducido a 48 idiomas y vendidos más de 32 millones de ejemplares en el momento en que procedió a divulgar su historia.

[147] Estando escribiendo esto, nos enteramos de que el actor Daniel Craig, intérprete de James Bond, agente 007 (el 7 se dice que es un número de suerte, también el 4 del tetrábol de –san Patricio, patrón de la suerte en Irlanda– que lo asociaba al trébol de la Trinidad) legará a su muerte todos sus dineros, unos 150 milloncejos de libras esterlinas, a obras de caridad, en detrimento de sus 2 hijas que se quedarán sin herencia... para que aprendan a buscarse la vida como él hizo.

[148] Ver nuestro: *El tabaco te puede matar (Fumerías*) en Amazon también.

[149] Hay quienes afirman que eso ha hecho posible que se conserven en su interior las momias durante tanto tiempo. Algo más que dudoso, ya que hay un problema, y es que nunca se encontró momia alguna, ni viva ni muerta, dentro de una pirámide.

[150] Nada que ver aquí con la simbología tétrica con el ojo de Horus que le adjudican los Illuminati.

[151] Nos comemos sus filetes y les dejamos las raspas y las cabezas, que luego ellos pagan por ellas en sus bares, para poderlas chupar. Nosotros les pagamos con armas, aprovechando los viajes de vuelta de los aviones, para que se sigan matando.

[152] ¿Te acuerdas de los 5 millones de negritos muertos que ya ha costado, como poco, el que puedas hablar por tu telefonito móvil, guiarte por tu GPS, ver tu novelón en tu televisor

de 50 pulgadas, jugar a la videoconsola o llevar bajo el brazo tu PC o consola? Para todo eso y más se utiliza el coltán.

[153] Se suele citar este aforismo como si fuera de Giuseppe Tomasi di Lampedusa pero en su novela *Il gattopardo (El leopardo jaspeado)* no aparece. Tampoco he visto que esté el que dice: "Si queremos que todo siga como está, es necesario que todo cambie".

[154] ¡Ah! Y no hagas caso del proverbio ruso que dice: "El hombre que hace su fortuna en un año, debería ser ahorcado doce meses antes" Debe ser una broma. ¡Es tan seria esta gente!